DOCUMENT RESUME

ED 363 433 PS 021 876

AUTHOR Nash, Margaret; And Others
TITLE Mejor Cuidado Infantil: Un Libro Para Proveedoras De Cuidado Para Ninos En El Hogar (Better Baby Care: A Book for Family Day Care Providers).
INSTITUTION Children's Foundation, Washington, D.C.
SPONS AGENCY A.L. Mailman Family Foundation, Inc.
REPORT NO ISBN-1-884093-04-3
PUB DATE Aug 93
NOTE 195p.; Translated by Beverly Donehoo. For English version, see PS 021 778.
AVAILABLE FROM Children's Foundation, 725 Fifteenth Street, N.W., Suite 505, Washington, DC 20005-2109 ($19.95, plus $3 shipping and handling).
PUB TYPE Guides - Non-Classroom Use (055)
LANGUAGE Spanish

EDRS PRICE MF01 Plus Postage. PC Not Available from EDRS.
DESCRIPTORS Adjustment (to Environment); *Child Caregivers; *Child Development; *Child Health; Day Care Centers; Educational Resources; *Family Day Care; *Infant Behavior; Infants; Learning Activities; Nutrition; Physical Environment; Preschool Education; Toddlers
IDENTIFIERS *Family Day Care Providers; *Parent Caregiver Relationship

ABSTRACT

This document is the Spanish-language version of a resource guide for the care of infants and toddlers. It is designed for childcare providers who are interested in furthering their professional growth but who do not have access to inservice courses. The guide can also be used as a primary or supplementary text for childcare training courses, and provides information and suggestions in an easy-to-follow format. Following an introduction, chapters 1 and 2 describe the process for preparing to bring an infant into a family day care home for the first time, and contain tips on baby-proofing the home, and on meeting infants' needs. Chapter 3 outlines the basic pattern in the development of babies and contains suggestions for activities to encourage the physical, language, cognitive, and emotional development of babies. Common infant and toddler behaviors are described in chapter 4. Chapter 5 covers nutrition and feeding, and chapter 6 discusses health, safety, and first aid. Chapters 7 and 8 focus on the professional childcare provider, the business aspects of being a provider, and partnerships between providers and parents. Common health problems are listed in the appendix. Contains 29 references. (HTH)

**********
* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made *
* from the original document. *
**********

ED 363 433

# MEJOR CUIDADO INFANTIL

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

X This document has been reproduced as received from the person or organization originating it

☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy

## UN LIBRO PARA PROVEEDORAS DE CUIDADO PARA NIÑOS EN EL HOGAR

"PERMISSION TO REPRODUCE THIS MATERIAL IN **OTHER THAN PAPER COPY** HAS BEEN GRANTED BY

Sandra Gellert

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)"

PS 021876

La Fundación de Niños
Washington, D.C.



BEST COPY AVAILABLE

# MEJOR CUIDADO INFANTIL:

## Un Libro Para Proveedoras De Cuidado Para Niños En El Hogar

Margaret Nash
Costella Tate
Beverly Donehoo
Sandra Gellert

TRADUCIDO POR:
Beverly Donehoo

La Fundación de Niños
Washington, D.C.
Agosto, 1993

La Fundación de Niños se estableció en 1969 para darles a mujeres y niños una voz nacional sobre asuntos de importancia social y económica. El enfoque de la Fundación es aumentar la consciencia pública sobre la profesión de cuidado de niños en el hogar, expandir y mejorar el cuidado de niños disponible y promover el cumplimiento más estricto de las leyes de apoyo económico de niños.

Directora Ejecutiva
Kay L. Hollestelle

Directora del Proyecto
Sandra Gellert

Derechos de Propiedad Literaria 1993
La Fundación de Niños

Número del Catálogo de la Biblioteca del Congreso 93-071116
ISBN1-884093-04-3

Se confiere permiso para reproducir texto y material gráfico previa autorización escrita.

Copias de *MEJOR CUIDADO INFANTIL* están disponibles en:

The Children's Foundation
725 Fifteenth Street, N.W., Suite 505
Washington, D.C. 20005-2109
(202) 347-3300

# Contenido


Reconocimientos
Introducción

1 **Capítulo Uno: Preparando un Lugar para El Bebé**

1 **Preparando Su Casa Para El Bebé**
1 Espacios Tamaño Bebé
2 Texturas
3 Espacio Para Gatear
4 Temperatura
4 Luz
5 Equipo
7 Juguetes

10 **Ayudándole Al Bebé A Sentirse Bienvenido**
10 El Día Del Bebé

16 **Capítulo Dos: Los Comienzos del Desarrollo Infantil**

16 **Apego**
20 **Auto-Estima**

24 **Capítulo Tres: Como Crece el Bebé**

25 **Recién Nacidos**
28 El Ritmo Diario Del Bebé

32 **Como El Bebé Aprende a Moverse**
37 Actividades Físicas

40 **El Desarrollo del Lenguaje**
44 Actividades De Lenguaje

46 **Como Piensa El Bebé**
53 Las Actividades Cognitivas

55 **Como Los Bebés Se Relacionan Con Otros**
63 Actividades Sociales

66 **Capítulo Cuatro: Entendiendo El Comportamiento de los Bebés**

66 **Comportamiento Común de los Bebés y Niños**
67 Los Bebés Molestos
67 Los Bebés Nerviosos
68 Los Bebés Somnolientos
69 Los Bebés Tímidos
70 Los Bebés Despiertos
71 Los Niñitos que Exploran
72 Los Niños que Prueban Los Limites

73 **Tipos de Conducta Común Que Pueden Requerir Atención Especial**
73 Chuparse el Dedo
74 Las Pataletas
77 Morder
78 La Masturbación
79 El Entrenamiento de La Bacinilla

81 **Aprender Auto-Control**

84 **Capítulo Cinco: Nutrición y Alimentación**

84 **Asuntos Que Consultar Con Los Padres**
85 Los Hitos de Alimentación

87 **El Higiene y La Seguridad**

88 **Los Horarios Para Alimentar a Los Bebés**

88 **Comida Para Los Bebés**

92 **El Destete**

93 **La Introducción de La Comida Sólida**

98 **La Comida de La Mesa**

**102 Capítulo Seis: Salud, Seguridad, y Primeros Auxilios**

**102 Niños Sanos de Cuidado Infantil**
**103** Lavar Las Manos
**103** Cambiar Los Pañales
**105** Manejando Enfermedad
**107** Las Señales de Alerta Para el Desarrollo

**107 Niños Seguros En Su Cuidado**
**108** Proteger Su Casa Contra Tóxicos

**114 Algunas Situaciones de Emergencia**
**114** El Respirar
**115** El Atragantarse
**116** El Desangre Grave
**118** El Envenenamiento
**119** Las Quemaduras
**120** El Estado De Trauma
**121** Las Heridas De La Cabeza
**122** El Choque Eléctrico
**123** Las Mordidas Humanas

**123 Otras Emergencias: Algunas Cosas Básicas Que Recordar**
**123** Emergencias De Incendio
**125** Las Tormentas

**126 Capítulo Siete: Los Básicos Para Comenzar El Cuidado Infantil**

**127 Sus Asuntos Personales**
**127** Personal
**128** La Salud y Seguridad
**128** Espacio Para El Cuidado De Niños

**129 Sus Asuntos de Negocio**
**130** Los Requisitos Para Operar
**132** Fijar Sus Cuotas
**133** El Reclutamiento de Los Bebés
**134** El Mantenimiento Del Papeleo y Los Archivos
**135** Consejos Para Mantener Archivos
**135** Los Impuestos Sobre La Renta

136 La Declaración de Su Filosofía y Políticas

139 **Ejemplares de Formularios**
139 Formulario Para La Entrada del Niño
141 Registro de Salud Para el Niño
142 Registro Diario de Su Bebé
144 Informe de Herida
144 Permiso Para Tratamiento Médico en Caso de Emergencia
145 Autorización de Medicamento

146 **Capítulo Ocho: Un Buen Comienzo con Los Padres**

146 **La Asociación Cooperativa Entre Los Padres y La Proveedora**
146 El Primer Contrato
147 La Entrevista
148 Tratar Las Inquietudes de Los Padres
149 Entender Las diferencias Culturales
150 Negociar un Contrato con Los Padres
152 Acuerdo entre la Proveedora y Los Padres
157 Hablar con Los Padres
159 Manejar Las Quejas con Los Padres
160 El Abuso de Los Niños

162 **Apéndices**

162 **Problemas Comunes de Salud Infantil**

168 **Artículos Para Una Cajita de Primeros Auxilios**

169 **Los Juguetes y Actividades Caseras**

178 **Glosario**

180 **Bibliografía**

# RECONOCIMIENTOS

Muchas personas nos han ayudado y animado con este libro. La necesidad para materiales de calidad en español para cuidado infantil tiene amplio apoyo.

**ALICIA SOL de MORALES**
Profesora de Español y Editora
USAID/El Salvador

**STEPHEN C. DONEHOO**
Especialista en Asuntos
Latinoamericanos
Fairfax, VA

**MARY K. GARBER**
Servicios de Producción
Alexandria, VA

**MATT THOMPSON**
Material Gráfico
Ruston, LA

**FOTOGRAFÍAS:** Stephen C. Donehoo, Barry Fernald, Margaret Nash, y Maribeth Oakes.

**GRUPO de ENFOQUE para la EDICIÓN de ESPAÑOL**

**ANA ROZA ALVAREZ**
Proveedora de Cuidado Infantil
Annandale, VA

**MARTA KRITSELIS**
Proveedora de Cuidado Infantil
Annandale, VA

**INEZ ESQUILIN**
Proveedora de Cuidado Infantil
Deer Park, NY

**WYNNE FARINHOLT**
Infant/Toddler FDC of Northern Virginia
Fairfax, VA

**PHYLIS BENNER**
Especialista del Desarrollo
Infantil
Springfield, VA

**CANDIDA RODRIGUEZ**
American Home Economics Association
Alexandria, VA

**ANNA MARIA HAKIM**
Bell Multicultural High School
Washington, DC

**BEVERLY DONEHOO**
Consultante de Nutrición
Fairfax, VA

**KAY HOLLESTELLE**
La Fundación de Niños
Washington, DC

**SANDRA GELLERT**
La Fundación de Niños
Washington, DC

## LOS GRUPOS SIGUIENTES PATROCINARON LAS PRUEBAS DE ESTOS MATERIALES

**INES ESQUILIN**
Hispanic FDC Network
Deer Park, NY

**ANGELITA SOSA**
Austin Families, Inc.
Austin, TX

**MARTA GONZALES**
El Centro de Rosemount
Washington, DC

**REGINA DENBOW**
Tulsa Technology Center
Tulsa, OK

**GLADYS LOPEZ CARNEY**
Central Florida Association of FDC, Inc.
Orlando, FL

## CONSEJO CONSULTORIO

**DIANE ABEL**
Arizona Association of Family
Daycare Providers, Inc.
Tempe, AZ

**KARLENE BENNETT**
Austin Families, Inc.
Austin, TX

**JAN YOCUM de CALDERÓN**
El Centro de Rosemount
Washington, DC

**REGINA DENBOW**
Family-to-Family Project
Tulsa, OK

**DAVID KIRK**
Child Serv
Chicago, IL

**ANITA LOPEZ**
Family Day Care Provider
Springfield, VA

**GLADYS LOPEZ CARNEY**
Family Day Care Provider
Orlando, FL

**WENDY SABITINI**
Tucson Association of Child Care, Inc.
Tucson, AZ

**BARBARA SAWYER**
CAFCC Educational Foundation
Denver, CO

**DELORES TERAS**
CA CC Initiative Project
San Francisco, CA

***MEJOR CUIDADO INFANTIL*** recibió fondos de: The A. L. Mailman Family Foundation; Gannett Communities Fund, Chrysler Corporation Fund, van Ameringen Foundation, E.I. Dupont de Nemours Corporation, Primerica Foundation, and the TRW Foundation.

# Introducción

¡Bienvenida al mundo del cuidado infantil!

Como una proveedora quien incluye a recién nacidos en su cuidado de niños, usted asume una tarea muy importante y emocionante. En los primeros dos años de vida, el crecimiento físico, mental, social y emocional es rápido. Tomar tal desafío es a veces difícil pero siempre tiene su recompensa.

Si cuida a recién nacidos por primera vez o si los ha cuidado por años, este libro le servirá como recurso. Le dará el beneficio de la experiencia de otras proveedoras de cuidado, siendo que muchas de sus experiencias están incluidas en el libro.

Los Capítulos Uno y Dos le ayudarán a prepararse para incorporar a un recién nacido a su hogar de cuidado por primera vez. El Capítulo Uno le da consejos para adaptar su casa para la seguridad del bebé, y además le da ideas para juguetes, equipo y como integrar al bebé a su rutina diaria. El Capítulo Dos trata sobre preparación emocional: para usted, los padres y el recién nacido.

Los bebés siguen un patrón básico de desarrollo, y el Capítulo Tres le da un bosquejo de este patrón. Leerá sobre el desarrollo físico, emocional, cognitivo (los procesos de pensamiento) y del lenguaje. Es de especial importancia el segmento que trata sobre el desarrollo del lenguaje bilingüe. Después de cada sección, hay sugerencias para actividades que se pueden hacer para estimular este tipo de crecimiento.

Cualquier persona que trabaja con niños piensa sobre el comportamiento. El Capítulo Cuatro le ayudará a comprender y planificar para el comportamiento normal de los bebés y niños.

El Capítulo Cinco le da consejos sobre Nutrición y Alimentación, y el Capítulo Seis cubre Salud, Seguridad y Primeros Auxilios.

En los Capítulos Siete y Ocho, enfocamos en usted como profesional. El Capítulo Siete discute los aspectos de negocio para la proveedora: organización para comenzar, publicidad, precios, el mantenimiento de archivos y otros asuntos. El Capítulo Ocho trata de como establecer relaciones positivas con los padres de los niños en su cuidado, incluyendo la manera de comprender diferencias culturales.

Esperamos que usted disfrute del libro, y especialmente, que goce de su importante trabajo como proveedora de cuidado para recién nacidos.

# Capítulo Uno
# Preparando un Lugar para El Bebé

Antes de integrar a un nuevo bebé a su casa de cuidado infantil, hay algunas cosas que debe considerar. ¿Qué tipo de espacio necesita un bebé? ¿Cómo se sentirán los otros niños sobre el nuevo bebé? ¿Tendrá que cambiar su rutina?

**En este capítulo leerá sobre:**

- como hacer que su casa sea cómoda y segura para un bebé;
- como desarrollar ideas para equipo y juguetes;
- como ayudar a que los niños mayores esperen un nuevo bebé; y como crear un horario

## Preparando Su Casa Para El Bebé

Los bebés necesitan algunas cosas especiales en su casa, como lugares donde gatear, equipo y juguetes distintos a los de niños mayores. ¡No se preocupe! No hay que gastar mucho dinero. Por cierto, muchas cosas de uso diario, si no son peligrosas, pueden servir de juguetes. Aquí hay unas ideas de como acomodar su casa para un bebé:

### Espacios Tamaño Bebé

Los bebés son pequeñitos en un mundo muy grande. Les gusta tener espacios hechos para su tamaño. Aunque su casa o apartamento sea muy pequeño, hay maneras muy sencillas de hacer lugares especiales para bebés. Aquí hay algunas ideas:

- Sillas que dejan que los pies del bebé toquen el piso y mesas de la altura correcta;
- Cuadros donde el bebé los puede ver: cerca del piso donde el bebé juega o gatea y al nivel de sus ojos cuando está en su cuna o en la mesa de cambio; y

- Lugares pequeños y cómodos de su tamaño (recuerde que aun los niños preescolares son mucho más grandes que los bebés, y lugares de distintos tamaños ayudan para actividades del tiempo de descanso).

No hay que construir paredes altas para crear un área pequeña y separada para los bebés que están bajo su cuidado. Una "pared" para un bebé podría medir sólo un metro de alto. Use unos letreros cubiertos de harpillera (burlap) sostenidos en su lugar con almohadas o cajas de cartón como separadores. Pegue con cinta cuadros a nivel de los ojos del bebé que gatea. (Recuerde que un letrero de corcho se puede romper fácilmente y que los bebés podrían ponerse los pedacitos en la boca.)

También puede usar colores para dividir el espacio. Los vivos son estimulantes y divertidos, mientras que los neutrales (gris, café, dorado) son cálidos, y los azules relajan. Use una variedad de colores con los bebés. Puede ser interesante ver como cada bebé responde a diferentes colores.

Intente usar muestras de alfombra u otras telas en las paredes para crear espacios para el bebé. De esta manera puede cambiar colores y usar texturas también.

**Texturas**

Los bebés exploran bastante y les gusta sentir diferentes texturas. Incluya texturas como las siguientes en el área del bebé:

- Pana
- Franela
- Tela toalla
- Imitación de piel
- Terciopelo

También puede crear juguetes con telas. Vea el apéndice para algunas ideas.

El papel tiene una textura especialmente agradable, no solamente porque cambia en forma, sino porque también puede hacer sonidos. Los bebés pueden atragantarse con papel así que esté segura de que no lo coman.

Asegúrese de que las telas tengan tinte permanente y que los pedazos sean de un tamaño suficientemente grande para que no quepan en la boquita de los bebés.

Tenga cuidado con el papel de aluminio puesto que se torna puntiagudo después de mucho uso. El plástico (como las bolsas de la lavandería) puede sofocar o atragantar al bebé.

**Espacio Para Gatear**

*Los bebés necesitan espacio abierto y limpio donde puedan gatear de lugar a lugar.* Los bebés usarán cualquier cosa que puedan para tratar de levantarse así que asegúrese de que no haya cosas que podrían caerse encima del bebé si lo jala.

Cosas que hay que mantener fuera del alcance del bebé:

- Cosas que se pueden romper
- Objetos puntiagudos y afilados
- Cigarrillos (encendidos o no)
- Fósforos y encendedores
- Ceniceros
- Cosméticos
- Medicinas, aspirinas y vitaminas
- Venenos--detergentes, purgantes, etc. (manténgalos en gabinetes con llave)
- Aparatos eléctricos, cuerdas de extensión y enchufes (use tapones plásticos para los enchufes abiertos
- Plantas

**Temperatura**

Cuando ponga el termostato, recuerde que el calor sube dejando que los pisos sean más fríos que el resto del cuarto. Si los bebés están gateando en el piso, pueda ser que necesite subir la temperatura un poquito. La temperatura óptima para el piso es de 68-72 grados Farenheit.

**Luz**

Anteriormente, la gente pensaba que los bebés no podían ver bien. La verdad es que los bebés, aun tiernos, sí pueden ver. Ellos pueden diferenciar entre personas y saben la diferencia entre un objeto o un juguete u otro. Al ver más, aprenden más. Por eso hay que darles buena luz.

La mejor luz posible está llena de variedad: luz y sombra que proveen calor y profundidad. Cuartos oscuros, como sótanos, y cuartos con demasiada luz pueden molestar a los bebés y niños. A la vez, evite demasiada luz directa sobre las cunas.

La mejor manera de iluminar un cuarto es con **luz natural**--bastantes ventanas que dejen entrar el sol--y **luz de lámpara** con bombillas corrientes.

**Equipo**

Una de las piezas de "equipo" más importantes que usted podría tener es una **mecedora**. Mecer es una de las mejores maneras de calmar a un bebé inquieto--y usted lo encontrará relajante también.

Cada niño necesita su área para dormir y para su ropa de cama. Los niños menores de 12 meses necesitan **cunas**.

Los bebés también necesitan lugares donde comer: **las sillas con bandejas para recién nacidos** y **sillas de comer para niños** funcionan bien. Asegúrese de que tenga biberones, rascadores para encías, baberos, y toallas.

Las proveedoras tienen diferentes maneras de crear áreas para cambiar pañales. Si usa una **mesa de cambiar pañales**, busque una con una correa de seguridad que esté a un nivel cómodo para usted. Si la pone cerca de un lavamanos, será más fácil lavarse las manos después de cambiar pañales.

Otras proveedoras cambian pañales en el piso donde no hay riesgo de que el bebé se caiga. Siéntese en el piso con el bebé y los artículos que va a usar entre sus piernas para que los otros niños no puedan agarrarlas.

Cuando quiera cambiar pañales, use un cubierto protector hecho de un material liso y resistente al agua, y lávelo con una solución desinfectante después de cada uso. Papel protector no se recomienda, porque es poroso y permite pasar líquidos e infecciones de un bebé a otro. Lave sus manos antes y después de cada cambio de pañales. Recuerde también lavarle las manos después al bebé. Vea el capítulo 6 para más información sobre el cambio de pañales.

**Mantenga todo lo que necesite para cambiar pañales en un lugar conveniente. Algunas proveedoras creen que una bolsa para colgar zapatos es un buen lugar para alfileres, polvo y algunos pañales.**

Por supuesto, necesitará una **bacinilla** para los niñitos más grandes. Mantenga un banquillo al lado del lavamanos para que los niños puedan aprender a lavar sus propias manos cada vez que usen el baño. Lave la silla con agua y jabón por lo menos una vez al día y también cuando se ensucie.

Muchas proveedoras recomiendan otras piezas de equipo como **columpios para bebés, andadores y corrales**.

Si estuviera manejando un carro con los niños, la ley exige que los niñitos estén en sillas especiales.

Se pueden comprar muchas de estas piezas a precios baratos en tiendas de segunda mano o ventas de garaje. Asegúrese de que estén en buenas condiciones y que cumplan con los reglamentos federales de seguridad antes de comprarlas (Vea el capítulo 6 sobre seguridad).

**Juguetes**

**Siendo que todo es nuevo para un bebé, todo lo que el bebé hace es una experiencia de aprendizaje.** Esto se aplica también a los juguetes. Los juguetes son divertidos, y también le enseñan al bebé sobre tamaño, peso, color, gravedad, y otros conceptos. Los juguetes animan a los bebés a ser activos, a usar sus músculos, y a explorar. Los juguetes también le ayudan al bebé a distinguir entre sonidos. *Los juguetes no tienen que ser caros!* Algunos de los mejores juguetes son artículos que ya tiene en casa.

**Juguetes para sonido:**

Matracas
Campanitas (esté segura de que nada se pueda desprender y así tragarse)
Cajitas de música
Ollas y cacerolas metálicas
Otros juguetes que producen ruidos

**Juguetes para la vista:**

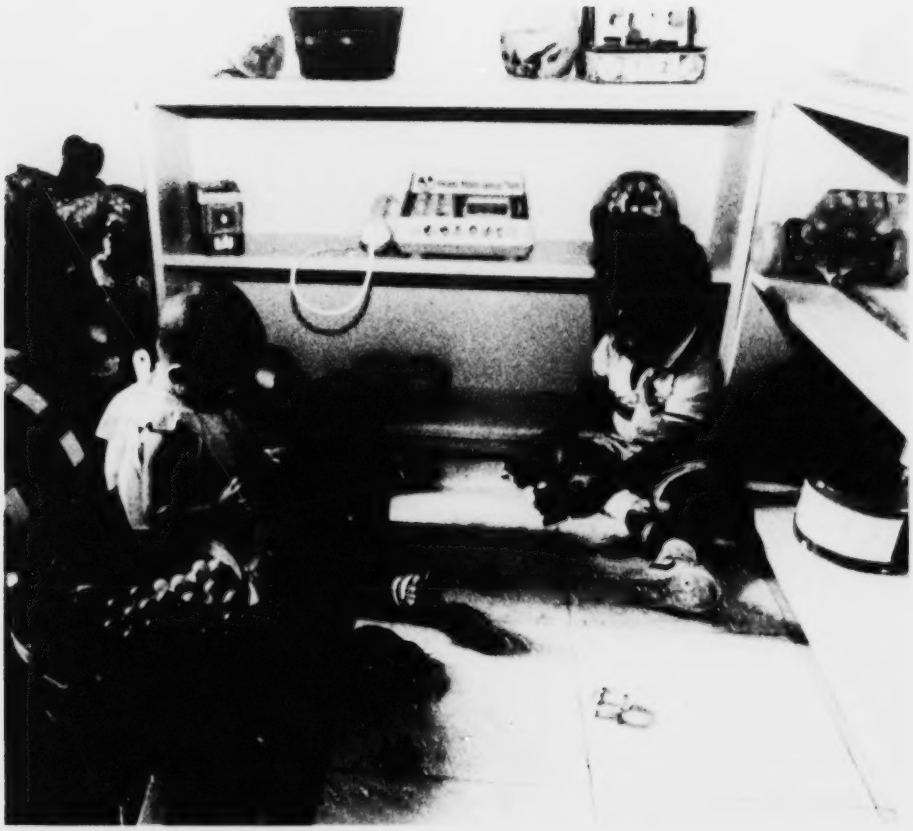
Juguetes que circulan sobre la cuna ("mobile")
Fotos (especialmente de personas y otros bebés a quienes conocen)
Libros y revistas
Espejos (encuadrados e irrompibles)
Cintas coloradas para adorno
Formas con colores vivos

**Juguetes para tocar:**

Tazas y cucharas de plástico para medir
Gimnasio para la cuna
Telas, ropa, mantas, y ponchos
Caja para tocar: llene una caja de zapatos con avena seca; una caja de arena puede ser divertida, pero la arena puede llegar a los ojos y las bocas de los bebés.
Haga una "bola para tocar" cosiendo varios pedazos de tela;llénelo con medias viejas (¡pero limpias!) o algodón.

**Juguetes para acción:**

Cajas de cartón donde pueden entrar y salir gateando
Pelotas de distintos tamaños
Bloques
Cajitas de actividades
Letreros magnéticos
Bolas que se arman en collares
Juguetes que se pueden apilar
Juguetes que se pueden desarmar
Caballitos mecedores
Carretas, triciclos, y otros juguetes que se montan



**Los bebés ponen juguetes en la boca, así que hay que mantenerlos limpios. Se pueden lavar a máquina muchos de los juguetes de tela. Se pueden lavar una o dos veces al día los juguetes de plástico en agua con cloro. Recomendamos que prepare una solución desinfectante cada día mezclando una cucharada de cloro con un cuarto de galón de agua.**

**Cualquier juguete pintado tiene que ser NO-TÓXICO (no venenoso). Verifique los rótulos y las cajas antes de darles los juguetes a los niños.**



BEST COPY AVAILABLE

# AYUDÁNDOLE AL BEBÉ A SENTIRSE BIENVENIDO

**¡FELICITACIONES!** ¡Su cuidado de niños está por recibir un bebé!

Después de haber decidido incorporar a un bebé a su cuidado de niños, ayúdeles a los niños mayores a preparar una bienvenida para el bebé. Arregle un área de "manejo de casa" con una muñeca. Use cajas viejas para el refrigerador y la estufa. Déle un baño a la muñeca en un platón.

Muéstreles a los niños la manera apropiada de tocar a los bebés suavemente. Puede usar más de una muñeca si tiene preescolares que no están listos para compartir.

Si permite que los niños participen, ellos aceptarán al bebé. Si siempre se les dice que se aparten, lo resentirán y sentirán celos.

Una proveedora nos dijo que cuando el bebé estaba despierto, muchas veces había por lo menos un niño hablándole y tocándolo suavemente. ¡Esto es maravilloso! El bebé recibe bastante amor y atención, y los niños mayores aprenden a ser delicados. A los bebés les fascinan los niños grandes.

### El Día Del Bebé

¿Ya que se ha preparado para aceptar a un bebé en su hogar, que tipo de horario usará?

**Averigüe el horario del bebé.** Hable con los padres. Pregúnteles sobre el horario de comer y dormir del bebé. El bebé se acostumbrará fácilmente a su hogar si sigue un horario similar.

**Juegue con los otros niños mientras que el bebé duerme.** Mientras que duerme, les puede dar a los niños mayores su atención completa. Este será un buen tiempo para pintar, jugar juegos, o leer cuentos.

**Programe actividades al aire libre**. Asegúrese de programar las actividades al aire libre durante el tiempo que el bebé esté despierto. ¡Ellos también necesitan aire fresco y sol! Los bebés aprenden al tocar el césped, así que déjelos explorar mientras que usted los supervisa.

Después hablaremos sobre actividades para los bebés. Por ahora recuerde que mirar a los niños mayores en sí es trabajo para el bebé. Al observar a los niños mayores, los bebés aprenden sobre:

- Movimiento
- Objetos
- Lenguaje
- Interacción social (como comportarse en compañía de otros)

Mueva al bebé a diferentes lugares cada día para que vea jugar a los niños mayores y para que usted sepa cuando el bebé esté listo para jugar con los otros niños.

Los bebés también aprenden al mirarle a usted así que téngalos y carguelos durante parte de cada día. Ellos relacionan vistas, sonidos y la sensación de cosas, y el cargarlos les hace sentir afecto y amor. Un bebé no se malcría al cargarlo.

**Cosas que recordar sobre sillas para recién nacidos:**

No ponga a un bebé grande en una silla pequeña, porque se puede caer;
Asegúrese de que la silla esté puesta fuera de peligro: no cerca del borde de una mesa, la estufa, radiadores o calentadores, o donde alguien la pueda golpear;

No deje que el bebé se quede en la silla todo el día;

Ponga al bebé en un lugar donde pueda verla a usted y a los otros niños.

**Usted y el bebé necesitarán tiempo para estar solos y en paz de vez en cuando.** El tiempo de alimentar y cambiar pañales es un buen tiempo para darle al bebé su atención. Pueda ser que el tiempo de alimentar al bebé sea cuando los otros niños estén tomando su siesta. El bebé necesita tiempo para contacto "cara a cara" con usted; necesita verle hablar y sonreír mientras que él balbucea antes de aprender a hablar.

Use el tiempo de cambiar pañales para hablarle y cantarle al bebé. Inclúyalo en el cambio de pañales. Dígale lo que usted está haciendo. Dígale, "Ahora estoy sacando los alfileres, Pepe." "Ya quité el pañal sucio, María, y ahora te limpiaremos. ¿Ves el paño?" Deje que el bebé vea y toque el paño antes de usarlo. Haga contacto visual con el bebé mientras que le habla y use su nombre a menudo. **Cambiarle los pañales no es algo que usted le hace al bebé; es un proyecto que hacen juntos.**

**Cuando el bebé comienza a moverse, déle bastante tiempo para gatear y explorar.** Déle un espacio seguro (¡alejado también de los pies de los otros niños!), limpio, y con una variedad de juguetes emocionantes.

Los niñitos un poquito mayores--los que tienen por lo menos 12 meses--disfrutan de las mismas cosas que los niños mayores. Un niñito de un año se divierte tanto en juegos supervisados con plastilina casera ("play dough") como los otros niños.

**El bebé jugará en una manera distinta; ¡asegúrese de que el bebé no esté en ningún peligro!**

**No hay una manera "correcta" o "incorrecta" para jugar con juguetes. (Excepto, por supuesto, si alguien se lastima.) No espere que un bebé de un año use los juguetes en la misma manera de que los usa un niño de tres años.**

La mayoría de proveedoras escribe un horario para ayudar a organizarse. Si todavía no tiene un horario, vea el horario básico que sigue para algunas ideas.

**Asegúrese de planear tiempo para sí misma.** Usted necesita algunos minutos cada día para hacer algo para sí misma: leer una revista o un libro, llamar a una amiga, escribir una carta. En este horario, el tiempo para la proveedora podría ser entre la una y las dos de la tarde. Entonces a las dos, la proveedora sentirá nueva energía. Ella le puede dedicar su atención completa al bebé mientras que los otros niños toman su siesta.

| | BEBÉS | NIÑITOS | PREESCOLARES |
|---|---|---|---|
| 7:00 am | Los niños llegan y son recibidos cariñosamente. Se sirve desayuno y el área de comer se limpia. Los niños escolares pueden leer, terminar sus tareas, o jugar tranquilamente hasta que comienza la escuela. | | |
| | Cambiar pañales, alimentar, descansar | Juego callado--rompecabezas, muñecas, libros. Algunos podrán descansar o querer que se les meza en una silla. | |
| 9:00 am | El bebé ya debe haberse cambiado y alimentado. Ponga la silla para recién nacidos o corral cerca de los niños mayores para que el bebé pueda mirarlos y para que usted lo pueda levantar y sostener con frecuencia.<br><br>Siesta de la mañana. | Actividades Especiales (juego adentro o afuera del hogar) | |
| 11:00 am | Alguna actividad al aire libre: un paseo al parque o jardín de recreo. | | |
| | | Los niños se preparan para almorzar: se lavan las manos, ayudan a preparar la comida, o ven libros tranquilamente. | |
| 12:15 am | El bebé almuerza y luego se acuesta para su siesta. | Aprenden a alimentarse. | Ayudan a poner la mesa, preparar la comida, limpiar el área. |
| | | Siesta. | Descanso: siesta o juego callado. |
| 2:00 pm | Siesta. | Juego activo en casa o al aire libre. | |
| 3:30 pm | Juego sobre una manta en el piso. | Merienda. Los niños escolares llegan y ayudan con la preparación y limpieza. Tiempo de juego libre; los niños escolares pueden escoger sus propias actividades: lectura, pintura, tareas, jugar con amigos. | |
| 5:00 pm | Reunir pertenencias de los niños en preparación para su regreso a casa. Lea un cuento mientras sostiene el bebé o juegue un juego de grupo. | | |

**Cosas que debe recordar cuando prepara su horario:**

Trate de usar el mismo horario de alimentación y sueño que el bebé tiene en casa;

Incluya tiempo para actividades estructuradas y para juego libre;

Permita tiempo para juego adentro y al aire libre, tanto para el bebé como para los otros niños;

Programe un tiempo de atención individual con cada niño cada día; para el bebé esto podría ser en el tiempo de alimentación y cambio de pañales; y

Programe tiempo cada día para sí misma.

**En este capítulo usted ha aprendido:**

- como hacer lugares seguros de tamaño para los bebés que estimulan el aprendizaje;
- la importancia de pasar tiempo a diario sosteniendo al bebé;
- que los bebés aprenden mirando a los otros niños jugar;
- que usted debe tener contacto individual cada día y que debe hablarle al niño diariamente;
- que tanto usted como los niños se benefician de una rutina u horario.

# Capítulo Dos
# Los Comienzos del Desarrollo Infantil

Cuando un bebé llega a su hogar por primera vez, piense sobre lo que el bebé necesita para que su experiencia sea agradable. ¿Tienen todos los bebés las mismas necesidades?

Hay que alimentarlos, mantenerlos limpios, a una temperatura apropiada, y darles un lugar donde dormir. Muchas veces estos elementos se llaman "los básicos". Como una proveedora, usted le dará estos elementos a cada bebé en su hogar. Los bebés también tienen otras necesidades además de "los básicos".

**En este capítulo leerá sobre las necesidades del bebé para:**

- apego
- auto-estima
- respeto para sus habilidades

## APEGO

*Suponga que un amigo le invita a una fiesta. Cuando llega, el salón está lleno de gente desconocida. Se siente algo nerviosa y torpe hasta que encuentra a su amigo. Después de charlar con él por un rato, se siente más cómoda en este nuevo ambiente. Cuando un bebé tiene esta misma reacción, sabemos que está apegado con algunas personas especiales.*

Un bebé depende de otros para las necesidades básicas de alimentación, limpieza, y cariño. Para recibir este cariño y atención, un bebé llora, se pega a alguien, agarra, hace contacto visual y sonríe. El resultado del cuidado continuo que responde a estas necesidades es el apego. El apego une a la gente y les permite mantener relaciones cercanas.

Apego significa que el bebé tiene confianza en que la otra persona responderá a sus necesidades. Si no hay apego--es decir, no hay interacción cercana--el bebé no tiene una base para creer que sus necesidades serán cubiertas.

Un bebé entre 10 y 12 meses cree que algo o alguien que no está a la vista se ha ido para siempre. Esta idea involucra el concepto de "permanencia de objetos" sobre el cual hablaremos más tarde. Cuando un bebé ve a su madre salir del cuarto, se puede asustar pensando que ella nunca volverá. Cuando lo dejan con alguien nuevo, el bebé no sabe si sus necesidades serán satisfechas.

El apego deja que un bebé en crecimiento sea independiente. Sabiendo que la "persona especial" (los padres o la proveedora) está disponible cuando sea necesario, el bebé tiene valor para explorar. Al principio, la exploración puede alcanzar solo un metro, pero al pasar el tiempo, el bebé confiará en dos cosas: que se puede defender más o menos bien, y que la proveedora está a la mano si él de veras necesita ayuda. Esté disponible para acariciarle, darle una palabra de estímulo, o alguna ayuda con un juguete.

**Los bebés pueden estar apegados con más de una persona a la vez.** Un bebé puede tener vínculos con su madre y padre, con su madre y un abuelo, o con padres y una proveedora de cuidado infantil. Un bebé quien está en cuidado infantil necesita apegarse a la proveedora tanto como a sus padres, confiando que el hogar de cuidado infantil es un lugar seguro.

BEST COPY AVAILABLE

Hable con los padres sobre el apego. Algunos padres pueden temer o tener celos sobre la relación cercana entre Ud. y el bebé. Asegúreles a los padres que Ud. no tiene ningún deseo de ser la madre del bebé; dígales que el apego que ellos tienen con el bebé no puede reemplazarse. Déjeles saber que es sano que su hijo se sienta seguro con otro adulto.

Aquí hay algunas situaciones típicas de cuidado para niños en el hogar. ¿Qué puede hacer la proveedora en cada caso para desarrollar apego y para estimular confianza?

**Ejemplo 1**

Nena tiene seis semanas. Su madre, Mercedes, es soltera. Mercedes dejó de trabajar por un tiempo, aunque no le convenía en el momento. Durante las primeras seis semanas de vida, Nena fue cuidada solamente por su mamá. Ella le dio todas sus necesidades, y Nena no ha tenido casi ningún contacto con otras personas. Hoy es el primer día que Nena va al hogar de una proveedora de cuidado. Esta mañana, Mercedes la preparó para salir. Subieron las gradas y esperan afuera en el frío hasta que se abre la puerta. La proveedora las recibe bien, y después Mercedes se va. Por primera vez en su muy corta vida, Nena recibe cuidado de una persona que no es su mamá.

*¿Qué necesita Nena?*
*¿Qué puede hacer la proveedora para ayudarle a Nena a que se ajuste?*

Nena no ha estado mucho con desconocidos ni con otros niños. Posiblemente todos los sonidos y olores nuevos le pueden confundir. Siendo que Nena es tan joven, el cambio será más fácil que si ella fuera mayor. Especialmente al principio, la proveedora debiera mantenerla cerca, tal vez llevándola en un portabebe y colocando su cuna cerca.

La proveedora debiera pensar sobre los sentimientos de Mercedes, ya que es posible que ella esté inquieta al dejar a su recién nacida tan pequeña. La proveedora puede asegurarle a Mercedes que Nena puede apegarse a la proveedora tanto como a la mamá, y la proveedora puede enfatizarle a Mercedes como le ha ido a Nena todos los días. La proveedora puede invitar a Mercedes a que le llame una o dos veces por día al principio hasta que tenga confianza que Nena está bien.

## Ejemplo 2

Pablo es un bebé de seis meses sano y activo. Gloria se ha quedado en casa con su bebé, pero quisiera proseguir su carrera. Pablo ha recibido bastante atención de los padres, abuelos, y las compañeras de Gloria, todos los cuales han cuidado al bebé cuando Gloria y su esposo tenían que salir de la casa por un rato. Pablo es vivo y curioso; comienza a gatear con las manos y rodillas y le encanta explorar. Cuando Gloria comenzó a trabajar fuera del hogar de nuevo, decidió buscar un hogar de cuidado para niños.

*¿Qué necesita Pablo de la proveedora?*
*¿Qué ambiente será mejor?*

Es posible que la proveedora haya sugerido que Pablo y Gloria pasen una o dos mañanas juntos en el hogar de la proveedora antes de que lo dejen con ella. De esta manera, Gloria sabrá lo que ocurre en la casa, lo cual le ayudará a sentirse más cómoda al dejarlo allí. Si Gloria tiene confianza en la proveedora, Pablo sentirá que ella es una persona en quien puede tener confianza. Pablo forma vínculos fácilmente siendo que ha tenido tanto adultos en su vida, por eso esta transición no debe ser muy difícil.

En la casa, Pablo necesita un espacio limpio y seguro para explorar. Necesita espacio para practicar a "gatear", tanto como juguetes y objetos para descubrir. Pablo aprenderá bastante por observación, y más tarde, al participar en los juegos de los niños más grandes.

## Ejemplo 3

Pedro, quien tiene 15 meses, ha estado con la misma proveedora desde que tenía 2 meses. Desafortunadamente, la proveedora se ha mudado, y Pedro necesita comenzar con alguien nuevo. La mamá sale temprano a su trabajo. El papá le da a Pedro el desayuno y lo lleva al nuevo hogar de cuidado. Pedro ha conocido a la proveedora una vez antes, y le gusta. Sin embargo, todavía está algo nervioso sobre el nuevo hogar y todos los nuevos niños. Los niños en el otro hogar eran sus amigitos, y los echa de menos. El papá habla con la proveedora algunos minutos antes de irse a su trabajo, y entonces Pedro y la proveedora dan la vuelta para encontrarse con un cuarto lleno de niños desconocidos.

*¿Qué necesita Pedro?*
*¿En qué manera puede la proveedora ayudarle a Pedro a sentirse cómodo?*

Pedro necesita saber que también recibirá buen cuidado de la nueva proveedora. También necesita que los otros niños lo acepten.

La proveedora puede hacer varias cosas para ayudarle a que se sienta cómodo sobre su nueva situación. Ella puede darle ciertas actividades que él puede completar sin problema (para conocer sus actividades favoritas, ella podría observar a Pedro cuando viene con sus padres durante la primera visita y podría preguntarles a sus padres sobre ellas). Sentirse cómodo o capaz le ayudará a Pedro que se ajuste al nuevo hogar.

Como es posible que Pedro se preocupe por los otros niños, la proveedora puede hacer un esfuerzo especial para asegurar que Pedro encuentre a un compañero con quien jugar.

Pedro necesita sentir que alguien lo cuida y vela por sus necesidades. La proveedora le puede poner atención adicional al principio -- platicando sobre los juguetes que él usa, especialmente cuando él se los enseña.

En cada caso, le preguntamos, "¿Qué necesita el bebé?" Todos los bebés son diferentes, tienen temperamentos distintos, y todos tienen antecedentes o situaciones diferentes en casa. Por eso, cada bebé tiene sus propias necesidades. Algunos necesitan manejo suave, mientras otros quieren juego duro.

Pídales a los padres que le mantengan informada todos los días. Si el bebé no durmió bien durante la noche anterior, usted necesitará estar preparada: es posible que el bebé esté molesto o necesite una siesta más larga o más temprana. Las necesidades pueden cambiar diariamente, a medida que el bebé crece y que cambia el ambiente en el hogar.

## AUTO-ESTIMA

*Piense en como se siente cuando por fin hace algo que ha tratado de completar. Sacó su licencia para conducir o recibió buenas notas en su clase de inglés. ¡Cualquier cosa que fuera, lo hizo y ahora se siente muy bien! Ahora tiene un sentido más elevado de auto-estima.*

**Los bebés tienen auto-estima también.** Suponga que usted es un bebé que acaba de aprender a gatear. Su juguete favorito se queda fuera de su alcance. Por primera vez, se mueve hasta que llega al juguete. Esto es un gran logro y el bebé se siente capaz.

Una manera de aumentar la auto-estima del bebé es ayudarle a sentirse capaz. Los bebés necesitan aprender que, no importando su tamaño, ellos tienen algún control en el mundo. Son personas reales, y pueden causar reacciones.

Cuando un bebé llora porque tiene un pañal sucio y alguien se lo cambia, él aprende que puede causar que ocurran eventos cuando le son importantes. Él aprende que si se siente incómodo, puede pedir llorando (en la única manera que sabe) lo que necesita.

*Suponga que tiene frío y alcanza un suéter. Otra persona en el cuarto le dice, "No tienes frío," y le quita el suéter. Usted le dice a la persona que sí, de veras tienes frío, pero la persona le contesta, "No, no tienes frío. No sabes lo que dices."*

*La persona que no cree lo que dice no está respetando su habilidad de saber sus propias necesidades. Usted sabe lo suficiente sobre su persona y la temperatura de su cuerpo para saber si tiene frío o no.*

**Un bebé no llora sin razón.** Una forma de aumentar la auto-estima del bebé viene cuando otros respetan su capacidad. Ellos saben cuando necesitan algo. Cuando lloran, están tratando de decirle lo que necesitan.

Un bebé sabe lo suficiente sobre su propia persona para saber que él tiene sueño o está aburrido, incómodo, mojado, o solo y triste. Llorar es su manera más efectiva para lograr satisfacer sus necesidades.

*Carlos de seis semanas de edad llora. La proveedora piensa, "Yo acabo de alimentarlo y cambiar su pañal, así que no tiene hambre ni está mojado. No necesita nada. Si lo dejo, va a parar de llorar." Pero Carlos no para.*

*Juanita de tres meses está llorando. La proveedora piensa, "Ella solamente quiere atención. Si la recojo cada vez que llora, será consentida." Juanita sigue llorando.*

*Jorge de dos meses empieza a llorar. La proveedora se le acerca. Hace contacto visual y le habla en una voz normal. Jorge sonríe mientras que la proveedora lo interesa en un juguete.*

Cuando respondemos a los gritos del bebé, estamos enseñándole que tiene algún control sobre lo que le ocurre. Él puede causar cambios.

Cuando el bebé sea un poco mayor, continuará creyendo que puede hacer

cosas para sí mismo: aprenderá a atar sus lazos, alimentarse, y cerrar la cremallera de su chaqueta. No solamente va a saber que puede cuidarse, también querrá cuidarse--porque sabe que él es importante. Tiene auto-estima. Les importa a las personas, y se respeta como un individuo. Esto lo hace sentirse bien sobre sí mismo, lo cual también le permite apreciar a otras personas.

Otra manera de estimular a los bebés a que se cuiden es enseñarles que pequeñas heridas y caídas no son el fin del mundo.

*Esteban, quien está comenzando a tratar de caminar, se cae. Si la proveedora inmediatamente va de prisa y le dice, "¡Ah, pobrecito Esteban! ¡Tuvo un accidente terrible!"-entonces Esteban va a creer que necesita a alguien para cuidarlo cada vez que él se tropieza.*

*Si, en cambio, la proveedora va y le dice tranquilamente a Esteban en una voz alegre, "¡Uh-oh!", él aprenderá que si está lastimado gravemente, hay alguien que le ayudará, pero de otra manera, él es totalmente capaz de cuidarse. En este caso, Esteban se siente capaz.*

**En este capítulo, leyó sobre estas necesidades de los niños:**

- apegarse tanto a la proveedora como a los padres
- confiar que la proveedora llenará sus necesidades
- ser respetado como una persona (auto-estima); y
- ser estimulado suavemente a respetar su propia capacidad.

# Capítulo Tres
# Como Crece El Bebé

La mejor manera de cuidar a un bebé es comprender las fases por las cuales pasa el bebé: como crece, lo que ve, lo que puede hacer, como ve su mundo.

**En este capítulo, leerá sobre:**

- el mundo del recién nacido;
- el crecimiento físico de los bebés;
- la manera que los bebés usan para comunicarse: el lenguaje y el oído;
- como piensan los bebés: como entienden el mundo alrededor;
- como los bebés se relacionan con la gente en su mundo.

La primera sección enfoca en los recién nacidos (desde su nacimiento hasta seis semanas), y las otras cuatro secciones cubren los recién nacidos de seis semanas de edad hasta 24 meses. Se puede pensar en los bebés en cuatro maneras: el cuerpo (físico), lenguaje y oído, pensamiento (cognitivo), e interacciones con otra gente (socio-emocional).

En la descripción de cada área del crecimiento, verá un cuadro de "hitos de desarrollo." Un hito es un rotulo en la carretera que le enseña la distancia que ha viajado. El crecimiento y desarrollo del niño tiene hitos, también, y nos referimos a ellos todo el tiempo. "¿Cuándo dijo ella su primera palabra?" "¿Cuántos meses tenía él cuando comenzó a caminar?" Personas que hacen estas preguntas están buscando hitos de desarrollo, o maneras de medir cuanto ha aprendido el niño.

Las edades que damos para estos hitos de desarrollo son solamente generales. Los bebés son tan individuales en su manera de crecer que es importante no ser demasiado específico. Por ejemplo, en general, los bebés toman sus primeros pasos cuando tienen 12 meses. Algunos, sin embargo, pueden caminar uno o dos meses antes y otros bebés completamente sanos no pueden caminar hasta que tienen dieciocho meses.

Una razón para esta variación es que los bebés practican distintas destrezas en tiempo diferente.

> *Martita estaba tan interesada en gatear cuando tenía nueve meses que dedicó muy poco tiempo a aprender a hablar. Miguelito, en cambio, se divirtió tanto por balbuceando e imitando sonidos que no había aprendido a girar su muñeca en la misma manera que otros niños de la misma edad. Con niños más grandes caminando y corriendo en el área, es posible que Roberto tenga miedo de golpearse y comienza a caminar un poco más tarde.*

Todas estas diferencias se balancean contra las otras. Como una proveedora, puede ayudar respetando las opciones del bebé y estimulando las destrezas que están practicando en ese momento.

Algunos bebés aprenden una destreza tan rápidamente que parece que han pasado por alto un hito de desarrollo. Mientras que el mismo bebé pueda practicar otra destreza por mucho tiempo. Algunos bebés gatean muy poco, y de repente se levantan y comienzan a caminar. Todos los bebés aprenden destrezas en el mismo orden, pero tal vez a diferente rapidez.

En algún momento de su carrera como proveedora de cuidado, sin embargo, es posible que cuide a un bebé que se desarrolla mucho más lentamente en una o más áreas. Algo sobre el desarrollo del bebé le puede parecer diferente al desarrollo de otros recién nacidos que ha cuidado. La sección "Salud" de este libro le dará algunas señales de alerta para ayudarle a buscar retrasos posibles. Si cree que un bebé tiene un retraso, debe hablar con los padres.

Al poner atención al crecimiento del bebé en su cuidado, puede estimularlo y ayudarlo hacia a la próxima etapa.

## RECIÉN NACIDOS

Es posible que usted sea una de las proveedoras que nunca tendrá a un recién nacido en su hogar. ¿Debe leer esta sección de todos modos? ¡Sí! Si entiende como son las primeras seis semanas de la vida, podrá responderles mejor a los bebés que sí tiene bajo su cuidado.

Muchas personas creen que un recién nacido "no hace nada"--que el bebé no puede ver, oír, ni entender lo que ocurre alrededor. En esta sección, leerá sobre las muchas cosas que un recién nacido puede hacer, y obtendrá ideas

sobre una variedad de cosas que el bebé puede mirar, escuchar, y tocar.

Un bebé tiene reflejos desde que nace. Algunos de estos reflejos lo protegen, tal como pestañear los ojos cuando una luz fuerte brilla en ellos. Un recién nacido tiene dos clases de reflejos de alimentación: para mamar y para chupar. Si toca muy suavemente la mejilla de un bebé, su cabeza girará en esa dirección buscando el pezón. Al encontrar el pezón, su reflejo de chupar le permite comer.

Un recién nacido no puede controlar su mano, la cual muchas veces está enrollada en un puño. Cuando pone un juguete o dedo en su palma, el bebé abrirá su mano y lo agarrará. Algunos bebés de solo dos semanas pueden comenzar a hacer esfuerzos por alcanzar para agarrar algo. Muchos bebés chupan sus dedos: estos bebés han aprendido una buena técnica para consolarse.

Aun el bebé más pequeño se fascina con el mundo alrededor. Él aprende por sus destrezas sensorias: al ver, oír, sentir, oler, y probar. Él forma memorias de lo que ve y oye, y a 2 o 3 semanas de edad, él puede parecer que reconoce caras y voces. Esto significa que cuando menciona su nombre suavemente, él volteará su cabeza hacia usted. Incluya a los otros niños en esto también; les encantará mirar al bebé cuando responda a sus voces.

Los bebés investigan con sus ojos. Ponga fotos, especialmente de caras, cerca de la cuna. A esta edad temprana, la mayoría de los bebés todavía están aprendiendo a enfocar sus ojos; necesitará poner objetos como a 10 pulgadas para que el bebé los pueda ver claramente. Disfrutan especialmente colores brillantes que contrastan. Un diseño favorito es negro y blanco y tiene un punto central, como un centro del blanco (claraboya). Los bebés necesitan ver muchas cosas diferentes; por eso, cambie los cuadros, juguetes que circulan sobre la cuna ("mobile"), y otros juguetes con frecuencia. Más que todo, los bebés responden a la cara humana.

Aquí hay un juego fácil que se puede usar para estimular la visión: mantenga al bebé en su regazo cara a cara. Cuelgue un objeto--una pelota roja, o algo que brilla--enfrente del bebé. Déle al bebé tiempo para enfocarse la pelota y entonces muévala lentamente de lado a lado. Mire al bebé "rastrear" la pelota, siguiéndola con sus ojos. (Asegúrese de parar el juego si ve que el bebé se cansa o se frustra.)

Cuelgue objetos llenos de colorido sobre la cuna--los juguetes que circulan sobre la cunas ("mobiles") son fantásticos. El bebé estará mirando los juguetes

que circulan sobre la cuna por debajo; por eso, asegúrese que estos juguetes son interesantes del punto de vista del bebé. Tal vez podría poner otro "mobile" al otro lado de la cuna para darle una razón para practicar a patear. Aunque a esta edad temprana, él no comprenderá sobre causa y efecto ("Yo pateé la bonita pelota y por consiguiente se movió"), aun así, el patear es bueno para formar los músculos de las piernas y la experiencia será una buena base para más aprendizaje.

Los recién nacidos aprenden sobre su mundo por el oído tanto como por la vista. Cada bebé tiene su propia manera de avisarle que oye: algunos girarán sus cabezas hacia el sonido, mientras otros solamente moverán sus ojos; algunos bebés pueden mover todo su cuerpo, y otros pararán de moverse totalmente mientras escuchan atentamente. Tanto como los bebés necesitan mirar muchas cosas, necesitan también oír una variedad de sonidos. Les gustan los sonidos nuevos; más que todo, les gusta oír la voz humana. Hablarles a los bebés, en una voz tranquila y suave es importante, aun antes de que puedan entender lo que significan sus palabras.

El sentido de tocar es otra manera importante por el cual aprenden los bebés. Por lo normal, los adultos sienten cosas con sus manos; los bebés aprenden a sentir con todo su cuerpo. Aun los pequeñitos pueden aprender a sentir la diferencia entre ser tocados con una toalla o acariciados con un pañuelo de seda. La mayoría de los bebés se consuelan por la sensación de piel humana.

A algunos les gusta que se les acaricie en la barriga; a otros les gusta que se les acaricie la mejilla; a otros les gusta que les soben sus piernas y cuerpos. Muchas veces puede calmar a un bebé molesto al frotarlo, acariciarlo, o sobarlo en la espalda.

**El Ritmo Diario del Bebé**

Un ritmo es un patrón o una rutina, como cuando el bebé duerme, come o quiere tiempo tranquilo. El ritmo de cada bebé es diferente, y para algunos recién nacidos, el patrón puede cambiar de día a día. El bebé puede necesitar un poco de tiempo para acostumbrarse a un horario nuevo. Su desafío más grande será conocer el ritmo y las señales del bebé y después incluirlo poco a poco al horario de los otros niños.

Algunos recién nacidos duermen mucho, pero después de dos o tres semanas están despiertos por períodos más largos. Los bebés tratan de ajustarse a su nuevo mundo, pero estar "despierto" no necesariamente significa que están listos para jugar. A veces necesitan tiempo solamente para mirar tranquilamente.

No tomará mucho tiempo para que aprenda el ritmo propio del bebé, y entonces sabrá a qué hora es probable que él esté activo. Cuando el bebé necesita dormir, póngalo en su cuna, o si va a ir para afuera con los otros niños, el bebé puede dormir en un cochecito. Cuando esté despierto, necesitará un cambio de paisaje. Quítelo de la cuna cuando esté despierto; esto le dará tiempo para mirar lo que ocurre alrededor y para estar con los otros niños. Durante este tiempo cuando el bebé está despierto y cómodo, le gustará que se lo mantenga en los brazos, y que se le hable, que se le ponga en una silla de bebé cerca de los otros niños, o que se le ponga en un corral.

Cuando el bebé está despierto e incómodo, es probable que llore. Llorar es la única manera que los bebés tienen para avisarles a los adultos que necesitan algo. Responda al grito del bebé tan pronto sea posible; cámbiele el pañal y ayúdele a eructar; asegúrese de que no tenga frío, ni calor, ni dolor. Responder a los gritos del bebé le enseña que él puede confiar y depender en usted, que se le ama, y más tarde que sus propias acciones tienen un efecto sobre sus alrededores. Esto es lo más importante que un bebé puede aprender.

El cuerpo del bebé desarrolla muy rápidamente, y hay algunas maneras para estimular este desarrollo. Ponga al bebé boca abajo varias veces cada día para que él pueda fortalecer los músculos de su cabeza y espalda para levantar su cabeza. Si siempre está en su espalda no puede fortalecer esos músculos.

Trate de cargar y llevar al bebé en diferentes maneras-- en su cadera derecha, en su cadera izquierda, sobre cada hombro, encararse hacia el frente y hacia atrás. Esto le deja ver al mundo de diferentes ángulos, le deja usar diferentes grupos de músculos, y puede tener un efecto calmante. Además, cambiándole de lado a lado ayuda balancear el ejercicio que usted y sus músculos reciben.

Otra cosa que debe recordar es que los bebés normalmente usan sus músculos más cuando la temperatura no es demasiado alta. Esto no significa que la casa debe ser fría--el aire frío y corrientes de aire les pueden hacer daño a los niñitos, y especialmente a los bebés que están gateando en el piso. Pero a la misma vez, no mantenga a un recién nacido tan envuelto en ropa que no puede mantenerse despierto.



BEST COPY AVAILABLE

Aquí hay una breve lista de cosas que **debe** hacer y las que **no debe** hacer cuando trabaja con recién nacidos:

**Si**:

*Sí* mire al bebé para averiguar cuales son sus "señales".

*Sí* tenga una variedad de objetos que el bebé pueda ver, oír, y tocar.

*Sí* responda inmediatamente a los gritos del bebé para consolarlo.

*Sí* hable con el bebé. Haga contacto con sus ojos.

*Sí* téngalo con frecuencia y siempre cuando lo alimente.

*Sí* ponga al bebé cuando está despierto a donde están los otros niños.

*Sí* hable con los padres todo los días; ustedes están aprendiendo todo sobre el ritmo y los señales del bebé.

**No**:

*NO* deje llorar al bebé.

*NO* mantenga al bebé en una cuna o corral todo el día.

*NO* vista al bebé con demasiada ropa para que le sea difícil moverse.

*NO* se preocupe por consentir al bebé; no se puede consentir a un bebé al responder a su llanto.

*NO* sostenga el biberón del bebé sin tener al bebé en sus brazos. El azúcar natural de la leche puede dañar las encías, o podría atragantarse, o podría tragar demasiado aire.

Cosas que debe recordar sobre los recién nacidos:

Los bebés usan muchas maneras de avisarle que están mirando y escuchando.

Cada bebé tiene un ritmo único. No hay dos bebés que tengan el mismo horario.

Para algunos bebés es más difícil establecer un ritmo que para otros.

Al bebé le gusta ver toda la casa, no solamente el cuarto donde está su cuna.

Puede encontrar buenos juguetes y "mobiles" en tiendas de segunda mano, o puede hacer juguetes baratos fácilmente en casa.

**Lo más importante que puede darle al bebé bajo su cuidado es su atención y su tiempo.**

## COMO EL BEBÉ APRENDE A MOVERSE

Los dos primeros años de la vida son años de crecimiento y cambio increíble. Los bebés cambian de ser totalmente dependientes de los adultos como los recién nacidos, a ser bastante independientes como los niños de dos años. Como un recién nacido, muchos de sus movimientos son reflejos involuntarios o no controlados por el bebé. Antes de dos años, un niño puede caminar, correr, subir el escalón, y alimentarse.

En esta sección, leerá sobre las etapas del crecimiento físico. Cuando lea, recuerde que:

> **Todos los bebés crecen en diferentes maneras y a diferentes ritmos.**

Los expertos en el desarrollo infantil dividen el crecimiento físico en dos áreas: habilidades motoras finas y motoras gruesas. Las finas se refieren a las destrezas de alcanzar y agarrar. Estas destrezas requieren control de los dedos y las manos. La palabra "grueso" significa "grande"; por eso, motor grueso se refiere al desarrollo de los músculos más grandes. Cuando hablemos sobre motor grueso, nos referimos a un bebé que está aprendiendo a sentarse, gatear, y caminar.

Una cosa importante que los bebés aprenden es empezar a controlarse a sí mismos. Puede verlos hacerlo en varias maneras: un tierno que se calma al chuparse el dedo, un bebé que trata de alimentarse o quitarse los zapatos, o un niño que aprende a usar la bacinilla son ejemplos de aprender auto-control.

Podemos suponer que las metas principales del bebé son la estabilidad y mobilidad. Tiene que ser estable antes de que pueda ser móvil. Si todavía es inestable cuando se sienta solo, todavía no está listo para gatear. Al poder sentarse sin caerse, no se sorprenda si pronto aprende a gatear.

Hay un orden básico de movimientos por el cual pasan los bebés, aunque pueden hacer una cosa por un período más corto o largo que otros bebés. Debido a estas diferencias, las edades que le damos son solamente guías generales.

El control del bebé se desarrolla desde la cabeza hasta los dedos del pie. En otras palabras, la primera tarea del bebé es controlar su cabeza. Cuando un recién nacido está bajo su cuidado, usted necesita apoyar su cabeza cuando lo tiene en sus brazos. Sin embargo, solamente pocas semanas pasarán antes de que él haya aprendido hacerlo por sí mismo. Después de que tenga su cabeza y cuello bajo su control, él aprende a controlar los músculos de su espalda. Cuando pone a un bebé boca abajo y él levanta su cabeza y hombros del piso, sabe que él ha controlado su espalda superior. La próxima área que tratará de controlar es su tronco cuando aprende a sentarse y arrastrarse. Finalmente, las piernas se coordinan con el resto del cuerpo para que pueda llevar su peso en sus piernas cuando se pone de pie.

A la misma vez que el bebé está aprendiendo control motor grueso (músculo grande), también está aprendiendo desarrollando control motor fino (músculo pequeño) y la coordinación de sus ojos y manos. Un recién nacido desarrollará desde un bebé con un puño apretado a un niño de dos años que puede apuntar, vestirse, y garabatear. Pero, hay mucho que aprender entre los dos puntos. Primero: aprenderá a llevarse la mano a la boca; comenzará a alcanzar; aprenderá a mover un juguete de una mano a la otra; agarrará cosas entre su pulgar y dedo índice; soltará o tirará; y entonces apuntará y eventualmente usar crayolas para hacer garabatos.

**Cosas que hay que recordar sobre el desarrollo físico:**

Asegúrese de que la ropa sea suficientemente floja para que los bebés se puedan mover libremente.

Recuerde que todos los bebés desarrollan a diferente rapidez.

Déles a los bebés bastante espacio seguro para gatear fuera de sus cunas y corrales.

**Es muy importante que los bebés puedan gatear y explorar. Esto les ayuda a desarrollar sus músculos, su coordinación, y su auto-aprecio. Dejarlos en la cuna o el corral demasiado tiempo les puede hacer daño y causar que tengan sobrepeso sin fuerza muscular necesaria.**

Aquí hay algunos tipos de trabajo físico que los bebés hacen:

**0-3 meses**

- controlar la cabeza
- abrir el puño
- traer las manos a medio cuerpo

El bebé practica el control de la cabeza. Es posible que pueda levantar la cabeza un poco y mantenerla arriba por algunos minutos.

El bebé comienza con el puño bien cerrado siempre. De pronto, comienza a mantener la mano abierta. Más o menos al mismo tiempo, mirará cuando se mueven las manos y los dedos. Es probable que traiga sus manos a medio cuerpo, o al centro del cuerpo y toque una mano con la otra.

**3-6 meses**

- darse vuelta
- empujarse hacia arriba con los brazos
- descubrir las manos y los pies

El bebé tiene mucho más control de su cabeza y comienza a controlar su tronco. Puede girar del estómago al lado, del lado a la espalda, o de lado a lado. Después podrá girarse de la espalda al lado y empujarse arriba con sus brazos y mantener su cabeza alta.

El bebé ha encontrado sus manos y le encanta chuparlas y jugar con ellas. Puede mantener cosas con dos manos. Está aprendiendo a distinguir la distancia de varios objetos por averiguar cuanto tiene que extenderse para alcanzarlos.

**6-9 meses**

- quedarse sentado
- agarrar

Ahora el bebé está trabajando para fortalecer los músculos de la espalda. Al principio, solo podrá quedarse sentado por poco tiempo. Dentro de uno o dos meses, podrá quedarse sentado muy fácilmente y girar mientras que esté sentado. Sus brazos son más fuertes, y posiblemente pueda ponerse en posición de gatear y mecerse.

Está comenzando a poder sostener algo entre sus dedos y el pulgar y usar sus dedos sin usar su pulgar. Puede mantener un juguete diferente en cada mano a la misma vez, abrir y cerrar su mano en un "puño de pinza" para recoger objetos, y puede alcanzar al otro lado del cuerpo para un juguete.

**9-12 meses**

- gatear
- halarse para parar
- soltar, tirar, y apuntar

Durante este período de crecimiento, el bebé enfoca en movimiento. Se hará un experto en gatear y se halará hacia arriba para pararse (es posible que necesite su ayuda para sentarse nuevamente). Comenzará a caminar con apoyo--agarrándose de usted o de los muebles.

Esta es la edad de soltar y dejar caer cosas y tirarlas. Es posible que el bebé apunte y meta el dedo dentro de huecos. Luego aprende a mantener dos juguetes en la misma mano. La comida puede ser un desorden, porque el bebé puede insistir en ayudar a alimentarse.

**12-18 meses**

- hacer pinitos
- apilar

El bebé caminará sin ayuda, pero al principio, es posible que necesite algo para halarse para pararse. Pronto avanzará a poderse parar desde la posición sentada. Cuando camina, mantendrá los brazos altos para ayudarle a balancear. Mucha gente usa la frase "el que hace pinitos" para describir a los niños de esta edad.

El puño del niño es casi perfecto. Ahora puede hacer marcas con una crayola y está comenzando a apilar un bloque encima de otro (es probable que tenga más interés en golpearlos que apilarlos). Al término de esta etapa, es posible que pueda quitarse los zapatos, apilar tres o cuatro bloques, doblar las páginas en un libro, y alimentarse fácilmente con una cuchara. Aunque es posible que todavía tome de un biberón, está

aprendiendo a tomar de una taza también. La hora de comer todavía es un desorden.

**18-24 meses**

- caminar
- subir el escalón
- hacer garabatos

El caminar es más fácil ahora, y sus brazos están al lado. Comienza a subir el escalón (con ambos pies en cada grada), y puede doblarse sin caer. Los juguetes para halar son buenos a esta edad. Cuando tenga dos años, puede girar tiradores de las puertas y tal vez destapar biberones (por eso tenga cuidado con los jarros que están a su alcance). Es probable que haga garabatos con crayolas y esté aprendiendo las destrezas para ayudarse a lavar las manos y ponerse los zapatos, calcetines, y guantes. Estas destrezas son difíciles; así que, necesitará ayuda.

Después de estas destrezas, el niñito aprende a mantener su balance mientras que patea una pelota, brinca, y camina de puntillas. Es probable que esto ocurra entre dos y tres años.

## ACTIVIDADES FÍSICAS

**0-3 meses**

Construya un juguete "mobile". Cuelgue objetos de la cocina con colores vivos de una cuerda (tazas plásticas para medir, cucharas, etc.)

Acarície al bebé suavemente. Masajéele sus brazos, espalda, estómago, y piernas. Use sus manos o use telas distintas: pruebe un pañuelo sedoso, una toalla gruesa, pelotas de algodón. (Busque señales de alergias a estos materiales.)

Construya un rollo de cascabel: Cubra con cinta un lado de un rollo vacío de papel higiénico, meta un cascabel o una campanita y después, tape el otro lado con cinta también. (Verifique con frecuencia que la cinta está bien tapada y segura.) Éste es un buen juguete hasta que el bebé empiece a poner cosas en su boca.

**3-6 meses**

Haga una Pelota de Sensación: Use varios tipos de tela suelta como tela toalla, fieltro, pana. Córtelos en diagonales del mismo tamaño y cósalos juntos para hacer una pelota de remiendos. Puede meter una campana por dentro también, si quiere.

Ponga una manta o colchón de cuna en el piso y ponga un espejo irrompible a un lado para que el bebé se pueda ver.

Una matraca para los ojos y oídos: Agite la matraca un poco a la derecha y un poco atrás de la cabeza del bebé. Espere una respuesta, o pregúntele, "¿Donde está la matraca?" Repítalo a la izquierda, repítalo sobre la cabeza del bebé.

**6-12 meses**

Ponga al bebé en el piso o en el césped. Ruedele una pelota directamente y después un poco a la izquierda y a la derecha del bebé. Anímelo a que agarre la pelota.

**9-12 meses** Déle al bebé un títere de mano. (Se puede construir de un calcetín.)

**12-18 meses** Déle al bebé papel y una crayola. Estimúlelo a que haga garabatos.

Déle al niño un juguete con cuerda para halar.

**18-24 meses** Rompecabezas simples y cajas son buenas en esta edad.

Estimúlelo a que se extienda para arriba y que se agache hacia abajo. Cante, "¿Puede alcanzar hasta arriba? ¿Puede doblarse hasta abajo?"

BEST COPY AVAILABLE

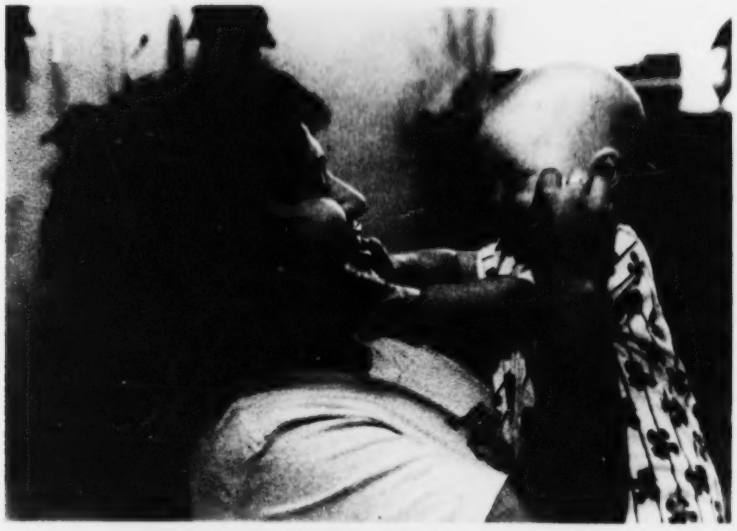
## El Desarrollo Del Lenguaje

Una de las cosas mas importantes que el bebé aprende es comunicación. La comunicación es el intercambio de información, compartir pensamientos y necesidades. Es posible comunicar con palabras, gestos, expresiones de la cara, y el lenguaje del cuerpo. Estamos comunicando todo el tiempo.

Una manera que los bebés tienen para comunicarse es llorar. Al principio, lloran porque están incómodos. Luego aprenden que cuando lloran, alguien le dará lo que necesitan. Entonces, un grito significa, "Estoy mojado, cámbieme por favor," o "Tengo hambre." Cuando lloran, el bebé puede expresar su necesidad y causar que algo ocurra para que se sienta mejor.

Sonreír y reír también son maneras de comunicar. Estos dicen, "Me gusta cuando haces eso." De una temprana edad, los bebés pueden comunicarles muchos mensajes a sus proveedores de cuidado.

En general, se puede pensar en el desarrollo del lenguaje como pasar del balbuceo a las palabras, de sonidos no controlados a oración muy planificada. Para aprender a hablar, el bebé tiene que aprender a hacer sonidos específicos, y esto es más difícil de lo que parece! ¡Para hablar inglés, por ejemplo, un bebé tiene que comprender la manera de formar la boca y mover la lengua para poder producir más de 40 sonidos distintos! Así que--cuando oye que el bebé balbucea y hace sonidos extraños, recuerde que esto es buena práctica para la dicción.



**El idioma de los bebés.** Los bebés tiernos todavía no pueden producir todos los sonidos que nosotros podemos como adultos. Ellos comienzan con sonidos fáciles y gradualmente aprenden a producir los sonidos más difíciles. Por eso un bebé dirá "biba" en vez de "biberón"; no es capaz de producir el sonido "-erón."

La dicción del bebé depende de lo que oye. No puede aprender a pronunciar una palabra que nunca ha oído. En cambio, siempre está tratando de sonar como usted y las otras personas alrededor. Así que, si usted dice "biba", no espere que el bebé diga "biberón". Él creerá que "biba" de veras es la palabra correcta. No hay que corregir al bebé por decir "biba"; solamente necesita darle un buen ejemplo para copiar. Enséñele que usted entiende lo que él dijo al decir, "Quieres tu biberón."

Aun antes de que puedan pronunciar palabras, a los bebés les gusta jugar con los sonidos. Imite los sonidos del bebé y entonces espere hasta que él se los repita. No tanto le ayuda al bebé a que aprenda sonidos, como le ayuda a aprender que la conversación significa alternar.

El bebé aprenderá el nombre de las cosas y a pronunciarlos al escucharle a usted. Siendo que siempre está tratando de imitarla, aprenderá bastante de su dicción correcta. Si usted habla "el idioma de los bebés" y después trata de enseñarle correctamente, lo va a confundir.

Porque un niño no puede aprender palabras que nunca ha oído, lo mejor que usted puede hacer es HABLAR. Háblele correctamente, despacio, y claramente, y espere 5-10 segundos para que él responda. Use a diario palabras nuevas con los niños bajo su cuidado. Recuerde que para un bebé, todas las palabras son nuevas.

*Rosa tiene un bebé de trece meses bajo su cuidado. Rosa sabe muy bien lo que el bebé quiere cuando él le apunta a algo y dice "Buu". Cuando apunta al refrigerador al mediodía, automáticamente ella responde por darle la leche. Cuando él apunta a un juguete favorito y dice "Buu", ella sabe que él quiere que ella le dé el osito.*

*Esta proveedora no está ayudando a su niño. El bebé no aprende a hablar porque no oye las palabras. No necesita hablar, siendo que obtiene lo que quiere sin decir nada. Si Rosa le dice, "¿Quiere leche?", bien pronto él aprenderá a decir la palabra "leche" en vez de "buu". Una de las cosas más importantes que puede hacer es hablarles a sus bebés.*

El lenguaje les da a los niños una gran herramienta para comprender su mundo. También, les da la oportunidad de gatear o caminar más lejos y todavía sentirse "vinculados"--muchas veces por solamente una palabra o dos entre ustedes.

**Los bebés necesitan aliento y paciencia. Si se les felicita a los bebés por sus esfuerzos, es probable que aprenderán rápidamente.**

**Cosas que debe recordar sobre el desarrollo del lenguaje:**

Los niños aprenden a hablar a su propio paso; no los compare. Algunos siempre serán más verbales.

Los niños imitan o copian el idioma de los adultos a su alrededor. Si usted habla en una voz fuerte o enojada, probablemente los niños en su hogar hablarán así también.

Los recién nacidos responden mejor a tonos altos; por eso, cuando juega con un tierno, háblele en una voz en un tono un poco más alto para capturar su atención.

Los bebés aprenden el lenguaje de las personas que les hablan directamente. Esto es diferente que solamente escuchar televisión o que oír muchas personas hablando alrededor todo el tiempo. Leales a los niños en voz alta.

El lenguaje es más que solamente aprender palabras. Para comunicar significa que hay un intercambio de información. Déles a los bebés ejemplos de este intercambio: háblele al bebé y espere una respuesta. El bebé no comprenderá lo que dice, pero entenderá que ustedes dos están intercambiando algo. Los bebés comunican por decir "buu" o "vea", para compartir un interés, pedir algo, o pedir que usted nombre un objeto. Respóndales a estos gestos con sonrisas y palabras.

Hable despacio y déle al bebé tiempo para responder.

Es posible que los bebés respondan mejor si averigua cuales palabras están usado comúnmente en casa. Suponga que está entrenando a usar la bacinilla a un niño con padres que hablan inglés o vietnamés. Es posible que tenga dificultad comprendiendo lo que usted quiere porque está

acostumbrado a oir la palabra "bacinilla" en otro idioma. Aprenda a decir mamá y papá en el idioma del niño.

Muchas familias usan palabras favoritas. Use estas mismas palabras y nombres en su casa para no confundir al niño. Averigüe como se llama al niño en casa--¿su nombre completo o un apodo? Averigüe cuales palabras usan los padres para "ir al baño", para el biberón, y para otras palabras principales.

Nadie sabe exactamente como aprenden a hablar los bebés, pero sí sabemos que la mayoría de los bebés aprenden en esta orden básico:

**0-3 meses** Cuando nacen los bebés, saben como producir sonidos. Comunican por arrullando, gorgoteando, y llorando. Escuchan los sonidos alrededor y encuentran maneras de responder: pateando, dejando de moverse, pestañeando, moviéndose para buscar el sonido, riendo, o si les asusta el sonido, llorando.

**3-6 meses** Los bebés comienzan a usar los sonidos consonantes, usualmente pah, bah, dah, o mah. Puede sonar como si el bebé dice papá o mamá, pero es probable que no entiende el significado del los sonidos. Lo que hace es muy importante, sin embargo--aprende a distinguir sonidos similares y a producir esos sonidos con su propia boca.

**6-9 meses** No solamente responde a sonidos, sino que el bebé además le pone atención a los tonos de los sonidos. Puede averiguar cuando la persona que le habla está feliz o triste, alentada o molesta. Él se "habla" a sí mismo bastante, haciendo lo que podemos llamar balbucear. El balbuceo es una buena manera de practicar emitir nuevos sonidos. Él trata de copiar los movimientos de la boca y los labios de otras personas. Algunos bebés tratarán de poner sus manos en la boca de la que le está hablando, como si tratan de averiguar de donde exactamente vienen los sonidos.

Él repite sonidos, diciendo mamá, dada, baba; es probable que no sepa que estos sonidos significan algo, pero hacer los sonidos es un paso hacia el decir palabras. Un bebé de esta edad puede saber su propio nombre cuando usted le llame.

**9-12 meses** Al fin del primer año, un bebé dice algunas palabras verdaderas. Comienza a usar gestos con sus palabras, tal como agitar la mano mientras que dice "adiós", mostrando que entiende lo que dice. Entiende la palabra "no", y usualmente parará lo que hace cuando se dice "no". Usualmente sus primeras palabras son nombres para cosas conocidas--gato, perro, bola.

**12-18 meses** La mayoría de los bebés pueden nombrar más y más cosas. Usan "frases" de una sola palabra, como "leche" para, "Yo quisiera más leche." Estos bebés se hablan mucho a sí mismos, frecuentemente en voz fuerte, creando palabras como quieren. Tienen "jerga"--sus voces suenan como si hicieran frases completas, pero las frases están creadas en parte por palabras verdaderas y en parte por balbuceo.

**18-24 meses** Un bebé ya puede comenzar a usar dos palabras juntas en frases simples. Trata de repetir casi todo lo que se le dice, y le encantan especialmente rimas infantiles y canciones. Algunas palabras que puede usar son mío, yo, tú, no, gracias, y venga acá. Puede entender muchas más palabras que puede hablar. Cuando tenga dos años, puede decir hasta 50 palabras.

## ACTIVIDADES DE LENGUAJE

**2-6 meses** Ponga al bebé boca arriba en el piso, y arrodíllese a su lado. Cuando él haga sonidos, hágale cosquillas en la barriga y sonría. Repita los sonidos que él produce mientras que le mira a sus ojos. Déle tiempo para responder.

**4-8 meses** Sostenga al bebé en su regazo, cara a cara, y suficientemente cerca para que él pueda tocar su cara mientras que usted habla. Haga juegos de sonido con él; diga brr-oma, grr-is, carr-ro. Déle tiempo para probar los sonidos. Sonría, ríase, y déle un abrazo cuando él prueba los sonidos. Sus sonidos no sonarán como los de usted; pero cualquier esfuerzo se debe felicitar.

Sostenga al bebé en su regazo y enséñele una foto en una revista. Apunte a la foto y diga, "Mire el carro. Aquí hay un perro. Aquí hay un árbol." Apunte y diga, "¿Qué es eso?" Espere cualquier reacción, entonces diga, "¡Ese es un árbol!"

**6-12 meses** Nombre y describa cosas en su hogar: perro, gato, mesa, silla, cama, puerta, lámpara, alfombra, etc. Pregúntele al bebé qué es. Felicite todos sus esfuerzos. Repita el nombre del objeto.

**9-12 meses** Apunte la nariz del bebé y nómbrela. Ayúdele a tocar a la nariz. Repita el gesto con el brazo, ojo, boca, cabeza, oreja, pie, dedo del pie, etc.

**12-16 meses** Sostenga al bebé en su regazo mientras que le lee un cuento. Pídale que encuentre cosas en el cuadro; pregúntele lo que ocurre en el cuadro. ¿Donde está el árbol? Encuentre el gato. ¿Qué hace la niña?

Ponga objetos conocidos al otro lado del cuarto. Dígale, "Vaya y busque la bola; traígamela. Tráigame la bola." Entonces, dígale, "Sí, ésta es una bola. Gracias por traerme esta bola roja. Ahora tráigame la cuchara." Etc.

**12-18 meses** Pídale al bebé que él les apunte a los otros niños. ¿Donde está Sylvia? ¿Donde está David?

**18-24 meses** Escuche sonidos conocidos con el niño e imítelos juntos. "Un perro dice grau, grau. Tú, también, lo puedes hacer." "Los aviones dicen zoom. ¿Qué dice el avión?" Escuchen sonidos callados juntos: el tictac de un reloj, el zumbido del refrigerador, la lluvia.

Cante canciones y rimas infantiles simples. Los niños mayores de edad también disfrutarán de esto. Hay canciones y rimas en el apéndice de este libro.

Cante con el niño si lo encuentra cantando una canción suya; juntos pueden disfrutar del ritmo y palabras tontas.

## Como Piensa El Bebé

El desarrollo físico y del lenguaje del bebé es fácil de entender porque podemos ver y oír lo que pasa. Usted sabe cuando un bebé está aprendiendo a gatear o decir ciertos sonidos. Pero no se puede ver adentro de la cabeza del bebé para ver como crece su proceso de pensamiento. Aun así, ésta es una de las maneras más fascinantes en que crecen los bebés.

La gente que trabaja en el área de desarrollo infantil llama a este área "el desarrollo cognitivo". La palabra "cognición" significa "conocer"; por eso cognitivo es realmente la palabra perfecta para usar. "Conocer" nos dice que conocimiento y comprensión no ocurren en un día--pero son parte de un proceso entero. Esta sección trata de la manera que los bebés llegan al punto de entender y tratar con su mundo.

En la infancia, los niñitos aprenden por sus sentidos, absorbiendo información sobre lo que ven, oyen, tocan, prueban, y huelen. Al aprender, absorben más información sobre el mundo a su alrededor. Esta información se

añade a la base que ya existe y forma el fundamento para las próximas fases de desarrollo y lo que aprenderán más tarde.

Algo que los niñitos tienen que aprender es que los objetos existen aun si no los pueden ver. Algunas personas llaman a esto la regla de "la permanencia del objeto". Un bebé que ha aprendido la permanencia del objeto buscará un juguete que usted ha escondido debajo de una manta, o sabrá que una bola que rueda debajo del sofá todavía está allí. Antes, el bebé posiblemente habría pensado que cuando la bola desaparece, ya no existe.

Otra cosa que los bebés aprenden es que hay muchas maneras de explorar. Estas maneras de explorar se llaman "esquemas". Mediante la exploración, el bebé aprende lo que puede hacer con las cosas. Él toca, suelta, aprieta, golpea, y toca con la boca, y por fin, usa combinaciones para averiguar lo que sucederá. Él es como un científico pequeñito quien está en el proceso de descubrir las propiedades de los elementos naturales. Descubre como se portan las cosas--es decir, las cosas rodantes ruedan, las cosas de goma brincan, y las cosas rellenadas se pueden apretar. Aprende que una acción tiene un resultado. Esto se llama una "causalidad". Una cosa es la causa de otra cosa.

También un bebé aprende que se puede usar un objeto como una herramienta para conseguir otro. Por ejemplo, aprende que puede halar una cuerda para atraer el juguete al otro extremo de la cuerda. O puede usar un palo para conseguir un juguete que está fuera de su alcance. Esto se llama "medios-fines". Una herramienta o una acción es un medio para alcanzar un cierto fin o meta.

Los bebés también aprenden en los primeros dos años como los objetos están relacionados el uno al otro en el espacio. Aprenden los conceptos de adentro, encima, al lado, debajo, y por encima y también, descargar, llenar, apilar, y golpear.

A medida que el bebé crece, puede pensar en cosas por grupos. A una edad temprana, es posible que pueda pensar que todos los animales con cuatro patas son perros. Luego, entenderá que algunos animales con cuatro patas son gatos y otros son vacas y otros son perros. Continúa aprendiendo sobre semejanzas y diferencias, es decir, como las cosas son iguales y como no las son.

Usualmente un bebé de un año solamente piensa en el presente--lo que pasa en este momento. Comprender lo que pasa en ese momento lo ocupa a

tiempo completo. Al crecer fisicamente, el crecimiento cognitivo es más fácil. Cuando puede moverse, explorar, alcanzar, y agarrar cosas, tiene una base mejor para comprender lo que hay en el mundo. Él desarrolla una memoria, y esa, con la destreza importante del lenguaje, le ayuda a entender.

**Cosas que debe recordar sobre el desarrollo cognitivo:**

Los bebés nunca son demasiado pequeños para aprender, y aprenden con cada experiencia.

Los bebés y los niños siempre aprenden algo; un juego nunca es "solamente un juego tonto"; los juegos les ayudan a los niños a que aprendan.

Todos aprenden y crecen a un ritmo diferente. Alabe al niño por las destrezas que está aprendiendo, no compare esas destrezas con las de otro niño.

El aprendizaje, como el crecimiento físico y del lenguaje, ocurre en ráfagas. Un bebé puede estar tan fascinado con algo nuevo que está aprendiendo que deja de practicar las otras destrezas. No se preocupe. Déjelo decidir cuales destrezas quiere practicar, y estimúlelo en ellas.

Para estimular la curiosidad del niño, mantenga un ambiente interesante. El bebé puede aprender bastante de libros también.

La televisión ofrece algunos programas buenos para niños. Pero los niños pueden aprender más de usted y de las actividades de aprendizaje que planifica.

Aquí están algunas de las maneras en que los bebés aprenden a comprender su mundo:

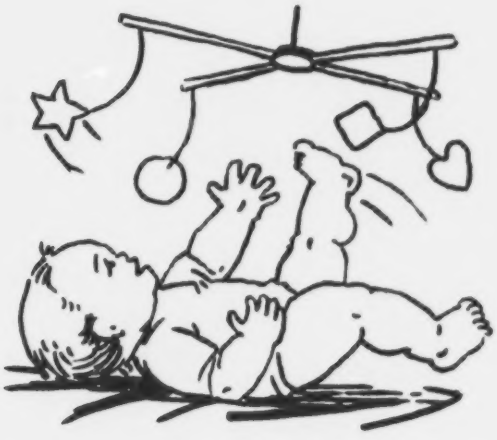
**0-1 mes**

- reconocer caras y voces
- ajustar horarios

El bebé mira a su cara por bastante tiempo y con mucha atención si se la pone cerca. Conoce su voz cuando la oye. Todavía no piensa que es diferente que otros; no sabe donde su cuerpo termina y otra cosa empieza. En realidad, no está interesado en hacerse esta pregunta. Durante este primer mes y más, los bebés aprenden a ajustarse a rutinas conocidas de dormir, comer, cambiar los pañales, y jugar.

**1-2 meses**

- rastrear (seguir) objetos con los ojos
- explorando con la boca (esto continúa todo el año)



Cuando el bebé mira a su cara, es posible que trate de copiar las expresiones que usted hace. Aprende cuales músculos necesita usar para formar una sonrisa o cara graciosa. Puede seguir con sus ojos un objeto que mueve. Su gran descubrimiento ahora es su boca--la usa para comer, tanto como para sentir o explorar juguetes nuevos. Usará esta "técnica de agarrar con la boca" por casi todo su primer año.

**3-6 meses**

- responder al placer (sonreír y reír)
- explorar usando la boca y mirar sus alrededores
- conectar lo que ve con el sonido

Ahora cuando el bebé sonría, no es solamente para imitarla. Sonreír es espontáneo--es una manera de mostrar placer. Es probable que usted lo hace sonreír cuando le habla o le acaricia o le enseña un juguete. De pronto empezará a reír cuando usted o los niños le hablan o juegan con él. Cuando lo pone boca abajo, él levanta su cabeza y mira alrededor, curioso de ver lo que hay. No solamente aprende al mirar, sino también fortalece los músculos de su espalda a la misma vez.

El bebé aprende sobre el tiempo. No es como si supiera lo que significa "a las 5 de la tarde", por su puesto, pero puede anticipar eventos. Sabe cuando es la hora de comer, y se emociona porque sabe lo que viene. A la misma vez, comienza a desarrollar su memoria. El bebé también aprende a conectar lo que ve con el sonido. Esto significa que cuando oye un ruido, busca alrededor para averiguar lo que produjo el sonido.

**6-9 meses**

- entender que su misma persona es distinta a otras
- tener miedo de que alguien que se aleja nunca va a regresar
- imitar a los otros niños y adultos

Aprende destrezas nuevas y las practica repetidamente. Ahora sabe que él es una persona distinta y que otras personas, como usted, existen. Como resultado, tiene miedo cuando hay extraños porque no los conoce. Un bebé de esta edad puede tener dificultad en despedirse de sus padres cuando lo traen a su casa en la mañana. Ahora entiende que él existe aparte de sus padres. Mirar a sus padres cuando salen le da miedo, porque no está totalmente seguro que regresarán. Al acostumbrarse a estar en su casa en la mañana, es posible que

no vaya a querer que usted esté fuera de su vista por la misma razón que no quería que sus padres salieran.

Otra razón del porqué un bebé de esta edad tiene tanto miedo es que piensa que si no puede ver algo, ya no existe. Si esconde un juguete detrás de su espalda, él no lo buscará: piensa que se fue. Él tiene la misma idea sobre las personas también; por eso no quiere que usted esté fuera de su vista. Tiene miedo de que nunca va a regresar.

Le gusta mirarse en el espejo, y aprende imitando a otras personas y repitiendo sus acciones. Cuando un niño en su casa le habla, reirá y puede tratar de copiar los sonidos que el niño más grande produce.

**9-12 meses**

- aprender que los objetos que no están a la vista continúan existiendo
- comprender algunas palabras

En esta edad, los bebés aprenden lo que algunas personas llaman "la permanencia del objeto". Están aprendiendo que un juguete o una persona todavía existe, aunque el bebé no puede verlos. Si usted le enseña un juguete y después lo esconde tras su espalda, el bebé lo apuntará y alcanzará. Si le enseña un juguete y entonces lo esconde parcialmente bajo una

manta, él levantará la manta para encontrar el juguete.

Es posible que pueda comprender ciertas palabras y frases cortas, y le encantan los juegos. El "peek-a-boo" es un gran favorito. Los juegos son una manera de aprender, también. Aprende lo que les pasa a los juguetes cuando los suelta (¡sin duda, se divertirá más con este juego de soltar que usted!). También aprende sobre los ruidos distintos que cosas diferentes producen; por eso, ésta es buena edad para darle objetos para agitar, matraquear, y golpear.

**12-18 meses**

- explorar a través de la experimentación
- llenar y vaciar los envases

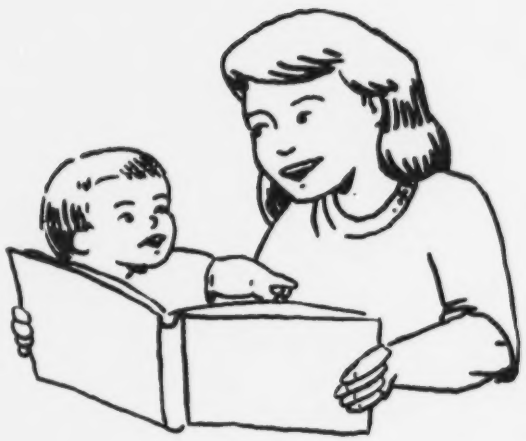
Ésta es una edad de aun más exploración que antes. El niño puede moverse más rápidamente, y sobre todo es curioso. Le gusta "leer" libros fáciles y puede comprender algunas palabras que usted usa, como biberón, bola, bebida. Es posible que empiece a decir algunas palabras.

El bebé entiende su parte en rutinas simples y puede entender que debe levantar los brazos cuando se viste. Experimentar es una manera importante de aprender, y por eso prueba diferentes maneras de hacer cosas solamente para averiguar lo que ocurre. Su experimentación puede ser desarreglada y puede frustarla a usted; pero recuerde que él está aprendiendo lecciones importantes. Hacia el final de esta etapa, es probable que le encante ayudarle con quehaceres simples de la casa. Le interesa llenar y vaciar los envases.

**18-24 meses**

- apuntar y nombrar
- responder si le pide algo

Cuando le lee al niño, él señalará los cuadros de las cosas que usted nombra. Aprende las partes de su cuerpo, y cuando se lo pide, puede apuntar a su propia nariz y después a la nariz suya. Empieza a traerle cosas que le gustan o cosas que le dan problemas. De pronto responderá cuando le diga, "Tráigame su zapato", u otras súplicas simples.



Cuando tenga dos años, el niñito puede disfrutar de jugar solo; puede fingir el escribir al hacer garabatos; y sabe los nombres de muchos juguetes y artículos de la casa. Conoce bien las rutinas diarias suyas; entiende que Mamá viene después de la hora de la siesta, y se acuerda de las paletas de jugo de naranja que usted preparó para la merienda la semana pasada.

## LAS ACTIVIDADES COGNITIVAS

**0-3 meses** Enséñele a un bebé molesto el biberón o el chupete antes de que se lo dé para tenerlo o chupar. Déjelo que relacione la imagen de un objeto con el uso que se le da.

Cosa usted caritas o campanillas en las medias o los guantes y ponga estos "títeres" en las manos y los pies del bebé. Pueden atraer la atención del bebé y ayudarle a "descubrir" sus manos y pies. Asegúrese de que las campanillas estén seguras y que no se pueden tragar por accidente.

**3-7 meses** Introdúzcalo a juguetes que se agitan y chillan (producir ruidos).

**4-8 meses** Sostenga un juguete favorito enfrente del bebé. Cuando lo alcanza, cúbralo rápidamente con una manta o toalla; deje que una parte del juguete sea visible y esté al alcance del bebé. Dígale, "¿Donde está su bola (o muñeca o maraca)? Encuentre la bola."

El juego con el espejo: Sostenga al bebé enfrente del espejo. Dígale, "Yo veo a Julio." Sostenga un juguete atrás de la cabeza del bebé. Déjelo que se vea y también los juguetes en el espejo. Nombre y describa cada juguete. "Ésta es una bola y es redonda." Nombrar cada juguete también le ayudará al desarrollar el lenguaje del bebé.

**6-12 meses** Juegue "Peek-a-boo". Hay muchas maneras de jugar: Cubra su cara con una manta; quítela o deje que el bebé se la quite; cubra al bebé con la manta y cualquiera de los dos puede quitársela. Averigüe cuales son las maneras de jugar que le gustan al bebé. Esto puede ser un juego favorito diario a la hora de cambiar los pañales.

Esconda un juguete en una bolsa o caja mientras que el bebé esté mirando. Pregúntele al bebé, "¿Donde está el juguete?"

**10-18 meses** Bloques para Construir: Enséñele al bebé como poner un bloque encima del otro. Enséñele como quitar el bloque que está encima. Déjelo apilar 2 o 3 bloques y luego desarmarlos.

**12-18 meses** Déle al bebé una caja de avena o cartón de helado vacío. Enséñele como llenarlo con juguetes. Enséñele como vaciar



BEST COPY AVAILABLE 

la caja. Repítalo. O déle una olla o cacerola metálica vieja que ya no se usa.

Jueguen "El Escondido".

**18-24 meses**

Ponga 3 bloques grandes y 3 bloques pequeños en el piso. Amontonar en patrones diferentes. Hable sobre cual tamaño está usando. Pídale al bebé que le dé un bloque grande. Dígale, "Sí, éste es grande." Pídale un bloque pequeño. Dígale, "Sí, éste es pequeño." También, déjelo jugar solo.

Déle al niño una cacerola metálica con agua y un juego de tazas y cucharas plásticas para medir (u otras tazas de tamaños diferentes). Déjelo experimentar con agua y como vaciarla.

Enséñele al niño como jugar con bloques.

Juegos de agrupar: Ponga carritos y camioncitos juntos en un montón. Pídale al niño que le dé un carrito. Entonces pídale otro carrito. Cuando haya solo un carrito en el montón, pídaselo. Diga, "Mire, todos los carritos están aquí y todos los camioncitos están allá." Permítale al niño "ayudarle" a poner la ropa en grupos distintos. ¿Puede darle a usted una media? ¿Una camisa?

## Como Los Bebés Se Relacionan Con Otros

El bebé bajo su cuidado está creciendo, aprendiendo a hablar, y llegando al punto de comprender su mundo. Sin embargo, no lo hace en un vacío o solito. Está creciendo mientras que se rodea de gente--usted, los otros niños en su hogar, además de su propia familia. Esta sección trata de como el bebé se entiende con la gente en su vida.

Los especialistas en el desarrollo del niño llaman a esta área de crecimiento "socio-emocional". Lo social se refiere a como una persona se relaciona con otros, y lo emocional se refiere a los sentimientos de una persona para sí misma y para otros.

Hasta los recién nacidos tienen tiempo para ser sociables, aunque duermen mucho al principio. Pero después de poco, el bebé muestra placer en sus interacciones; será sociable y sonreirá cuando estén juntos durante las horas de alimentar, cambiar los pañales, o jugar. Parece que disfruta de fijarse en caras, y puede mirar de una persona a otra. De pronto empezará a imitar a la gente a su alrededor--a copiar sus movimientos faciales (sonrisas, ceños, y caras graciosas), sus gestos, los sonidos que producen, y como se relacionan con otros.

La manera en que los bebés juegan tiene un orden de desarrollo, también. Desde temprano, les interesa mirar a los niños mayores cuando juegan, y responden a su atención con sonrisas. Luego, juegan al agarrar un juguete que se le da. Los bebés empiezan a observar a los niños jugando, y hasta cierto punto, a imitarlos. El próximo tipo de juego, se llama "juego de paralelo", y es cuando los niños pueden jugar alegremente al lado del otro. Después aprenden a compartir y jugar uno con el otro.

Parece que los bebés nacen con sus propios temperamentos, o características, y parece que los mantienen de por vida. Estela dice que Marta siempre sonreía cuando bebé, y todavía sonríe todo el tiempo ya como una mujer de 20 años. Gloria recuerda que Alicia siempre era atrevida como bebé, y ahora, de 19 años de edad, todavía es atrevida. Los niños prosperan en un ambiente



BEST COPY AVAILABLE

que se ajusta a su temperamento. Un niño tímido necesita más tiempo para desenvolverse; un niño activo necesita espacio para correr y saltar sin lastimar a alguien.

Se puede decir que un bebé tiene dos tareas en términos del desarrollo socio-emocional. La primera tarea es "vincularse"--confiar en usted y sentirse seguro. Es posible que esa tarea sea la más importante que tomará. Él quiere agradarles a usted y a sus padres; él quiere enseñarle cosas y compartir con usted sus sentimientos. Quiere tener la confianza de que usted lo consolará y protegerá. Usted puede asegurarle que esto ocurrirá al notar y responder a las necesidades del bebé.

La segunda tarea es aprender independencia, pensar en sí mismo como un individuo que tiene el poder de escoger. Para aprender esta segunda tarea, es posible que el niño diga bastante veces "no". La confianza y seguridad que usted le ha dado son lo que hace posible que él aprenda independencia.

A veces, los bebés mayores tienen un fama injusta; la gente se refiere a esta edad como "el terrible segundo año". Pero los niños no buscan ser malos. El niño está tratando de ser una persona independiente, y no está seguro lo que eso significa. Una de sus primeras reacciones es decir "no" a todo como manera de demostrar control y de lograr lo que quiere. No tanto la desobedece a usted (aunque parece así) como trata de averiguar una manera de hacer cosas por sí mismo.

**Cosas que debe recordar sobre el desarrollo socio-emocional:**

Es más probable que los niños quienes tienen relaciones cariñosas con sus proveedoras de cuidado tengan relaciones más saludables y amistosas con otras personas.

Los bebés también tienen emociones. Sienten enojo, alegría, tristeza, frustración, y amor. Necesitan saber que está bien tener esos sentimientos.

Cada niño es diferente, y cada niño tiene sus propias necesidades emocionales. No espere que todos los bebés y niños tengan las mismas preferencias y antipatías.

Muchos niños tienen un juguete o manta especial que llevan con ellos por todas partes. Pueden ajustarse más fácilmente a un lugar nuevo si traen su muñeca o juguete favorito.

Aquí hay algunas de las maneras que los bebés crecen socio-emocionalmente:

**0-6 semanas**

- sonreír
- voltearse cuando se molestan

El recién nacido pasa casi todo el tiempo durmiendo. Cuando tenga seis semanas, sin embargo, puede sonreír cuando usted le habla o acaricia. Agarrará su dedo si usted le abre la mano. Cuando un ruido fuerte, o luz brillante, u otra cosa le moleste, girará la cabeza.

**6 semanas-3 meses**

- sonreír y gorjear
- llorar y estirar el cuerpo

El recién nacido tiene muchas maneras de responder a su mundo. Puede girar su cabeza hacia una persona que hable. Puede sonreír y gorgotear cuando lo sostienen, mecen o juegan con él. Cuando está molesto, puede demostrarlo llorando o estirando su cuerpo. Y cuando llora, usted puede consolarlo al recogerlo y hablarle suavemente.

**3-6 meses**

- sonreír y reír
- abrazar
- llorar de una manera diferente para cada necesidad

A esta edad, un bebé tiene muchas maneras de expresar sus sentimientos. Puede reír y producir ruidos para enseñarle cuanto le gusta cuando juegan con él y le hacen cosquillas. Puede sonreír y abrazarla para mostrarle que le gusta lo bien que le hace sentir. Y tiene un grito distinto para cada problema que tenga: hay un grito cuando tiene hambre, otro cuando necesita un cambio de pañales, y un grito cuando tiene dolor. Puede llorar cuando lo dejan solo, porque ahora quiere estar con otras personas.

**6-9 meses**

- socializar con personas conocidas
- tener miedo de personas desconocidas

El bebé se pone más activo ahora. Puede demostrarle que le gusta cuando juega con él. Le gusta tocar y sentir cosas, incluyendo el pelo y la cara de usted. Algunos bebés ponen las manos en la boca de la persona que les habla. "Peek-a-boo" es un juego favorito. Imita la manera que los adultos se

comunican con sus propios sonidos y gestos.

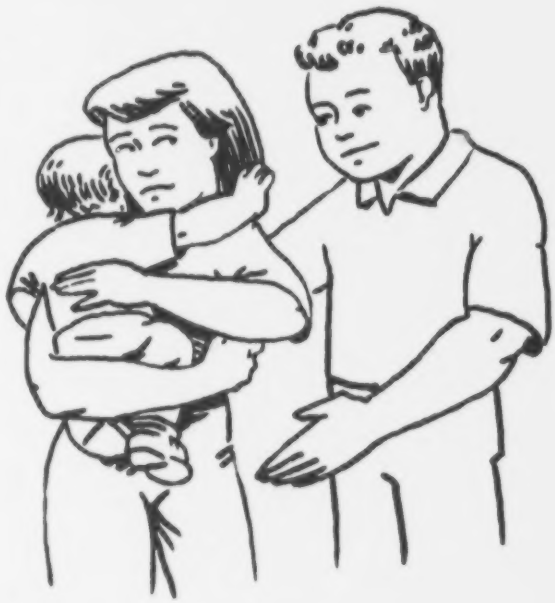
Con usted y sus padres, el bebé puede ser muy sociable. Pero con desconocidos, puede actuar en una manera totalmente diferente. Puede tener mucho miedo de desconocidos y encontrará maneras para avisarle. Puede evitar mirarlos, esconderse atrás de usted, o puede llorar. Gateará para estar cerca y probablemente no le gustará cuando usted no esté a su vista. Puede empujar juguetes o comida que no quiere.

Le interesan bastante los otros niños, en la misma manera que le interesan los juguetes en el piso o las ollas y cacerolas en el gabinete le interesan. Es posible que usted tenga que mover al bebé suavemente cuando le hala el pelo a un niño o gatea por encima de otros niños.

**9-12 meses**

- expresar preferencias y antipatías
- preferir a ciertas personas

El bebé expresa más claramente sus preferencias y antipatías, y encuentra más maneras para expresarse. Es obvio que le gusta la alabanza, y hay ciertas personas con quienes quiere estar. Puede esconder su cara contra su cuerpo cuando un desconocido entre al cuarto. Cuando algo le moleste, le avisa claramente; puede protestar en voz alta, o puede templar su cuerpo. Puede sentirse ofendido cuando lo regañan.



**12-18 meses**

- mantener contacto con usted mientras explora
- comunicarse con una o dos palabras

Se vuelve más independiente al aprender a caminar y decir algunas palabras. Mientras explora todo su alrededor con ánimo, también puede tener un poco de miedo por su propio crecimiento.

Le da miedo arriesgarse explorando después de haber dependido de un adulto por tanto tiempo. Como una proveedora, usted le da seguridad al bebé. Una manera que el bebé tiene para entender estos sentimientos confusos es mantener contacto con usted de vez en cuando. Puede salir solo por un rato y de repente sentir la necesidad de verificar que puede mantener contacto. Por eso regresa de prisa y puede pegarse a usted por uno o dos minutos. Al asegurarse de que está seguro y que usted está si la necesita, sale de nuevo a explorar. Luego puede mantener contacto llamándole del otro lado del cuarto. Puesto que para él todo es nuevo y emocionante, es interesante observar su exploración.

El bebé entiende lo que significa cuando usted le dice "no" y probablemente dejará de hacer lo que hace. Puede comunicarse con usted usando las pocas palabras que ha aprendido. Sabe despedirse señalando con la mano. Ve como los niños mayores juegan y puede imitarlos, aunque probablemente no esté listo para jugar con ellos.

**18-24 meses**

- ser afectuoso
- probar las reglas y los límites
- jugar al lado de otros

La independencia es una palabra clave ahora. El bebé está con-sciente de sí mismo como una persona aparte quien puede tomar sus propias acciones, y quiere hacer todo solo. De vez en cuando, este sentido de ser independiente le dará miedo y de repente correrá para estar con usted. Porque su exploración puede ser peligrosa, usted lo protege al decirle "no". Usted puede dañar sus sentimientos; no entiende la razón de la restricción. No le gusta cuando usted le dice "no" o trate de enseñarle otra manera de hacer cualquier cosa. Él les puede probar los límites al pelear, dar una palmada, morder, o patear a usted o a los otros niños; está aprendiendo sobre límites y sobre lo que puede y no puede hacer - por eso, usted necesita establecer límites simples y claros.

A esta edad este jovencito también puede ser divertido. Puede ser muy afectuoso y darle muchos abrazos. Le encanta enseñarle lo que ha hecho y sus descubrimientos.

Puede seguir instrucciones simples. Le gusta jugar "casa" y puede comenzar a fingir o jugar con fantasías. Puede demostrar lo que ocurre en su propia vida con juguetes y muñecas. Ahora es posible que pueda jugar al lado de otros niños (el juego paralelo), aunque es posible que las acciones verdaderas de jugar o compartir con otros no ocurran todo el tiempo. Usted puede estimular estas acciones al estar disponible para ayudar a solucionar tranquilamente los desacuerdos y al asegurar que cada niño se sienta seguro y amado.

## ACTIVIDADES SOCIALES

**0-3 meses**

Responda a los gritos del bebé tan pronto sea posible. Sosténgalo o mézalo. Él aprenderá que puede confiar en las personas y deseará estar con ellos. A veces, en vez de recogerlo, pruebe hablarle y cantarle; acaríciele el estómago suavemente.

Ponga música, sostenga al bebé, y deje bailar a todos los niños.

**3-6 meses**

Espere señales durante la alimentación de que el bebé quiere comunicarse con usted. Sonría y hable durante el tiempo de comida, pero no tanto que el bebé se olvide de comer.

Llame al bebé cuando se le acerque. Si la mira cuando la oye, felicítelo. Use el nombre del bebé con frecuencia.

**7-9 meses**

Enséñele como decir "adiós" con la mano. Enséñele como aplaudir con las manos. Los otros niños pueden ayudar.

Levante sus brazos hacia el bebé antes de que lo recoja y espere una respuesta. Déle abrazos y besos si el bebé trata de alcanzarla aun si sólo es un pequeño intento.

**9-12 meses**

Deje que cada uno de sus preescolores tenga una canción de cuna especial para decirle al bebé.

Juegue aplaudiendo (patty-cake), cara a cara con el bebé en su regazo.

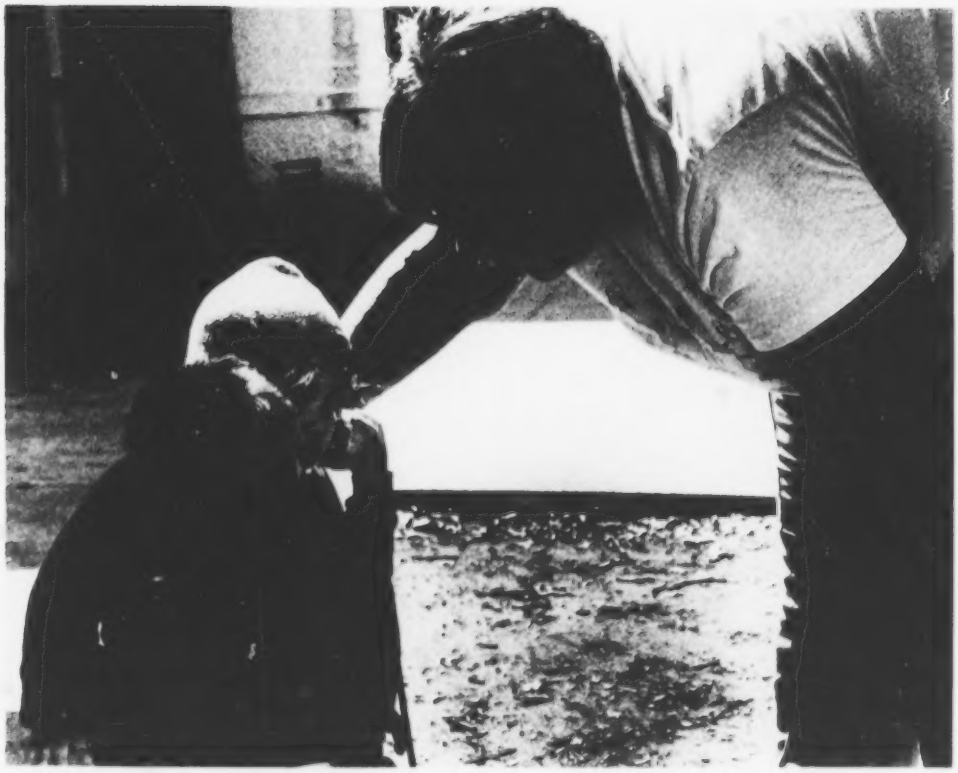
**12-18 meses**

Durante la comida, pídale al niño una de sus saltinas. Asegúrese de decir "Por favor" y "Gracias". Felicítelo por compartir con usted.

Déles a sus niños bastante cariño. La imitan. A la hora de la siesta dígales, "¿Quisiera darle un besito a la muñeca?"

**18-24 meses**

Ponga un pedazo de papel grande en el piso. Use papel periódico, o abra bolsas del supermercado y únalas con cinta. Déles crayolas a todos los niños y déjeles dibujar en el mismo papel. Deje al niño consolar a otro niño que está molesto. Puede acariciar o abrazar al que está molesto.



**En este capítulo, usted ha leído sobre:**

- los recién nacidos desde el nacimiento hasta seis semanas de edad
- cómo los recién nacidos y bebés hasta dos años de edad desarrollan las destrezas de movimiento, comunicación, pensamiento, y relaciones
- las actividades que se pueden hacer para estimular a los bebés a que se muevan de un nivel de desarrollo a otro
- que cada bebé es único y desarrolla a su propio paso
- que los bebés siempre están aprendiendo, aún como recién nacidos.



BEST COPY AVAILABLE

# Capítulo Cuatro
# Entendiendo El Comportamiento de los Bebés

Las mejores proveedoras hacen más que solo reaccionar a la conducta del niño: ellas anticipan o esperan lo que es probable que el niño haga, y planifican para tal evento. Las proveedoras de cuidado en el hogar piensan bastante sobre la conducta de los niños--como se comportan y conflictos que pueden ocurrir. Aún más importante, las proveedoras tratan de entender lo que significa el comportamiento.

Los que cuidan no son adivinos, y no es posible que siempre sepan lo que un niño hará. Sin embargo, hay comportamiento fácilmente predecible y se puede planificar con anticipación para ello.

Ya ha leído sobre el desarrollo del bebé en otras áreas (de lenguaje, físico, cognitivo, y socio-emocional). El comportamiento también tiene su propio patrón, y este patrón sigue el desarrollo del bebé en las otras áreas.

**En este capítulo, leerá sobre:**

- la conducta típica de los bebés y los niños
- comportamiento que puede requerir atención especial, tal como:
  - ·chuparse el dedo
  - ·pataletas
  - ·morder
  - ·masturbación
- el entrenamiento para usar el tocador o bacinilla; y
- aprendiendo auto-control.

## Comportamiento Común de los Bebés y Niños

Los bebés no son iguales, como cualquier persona que ha cuidado más de uno le puede contar. Entran al mundo con sus propias experiencias, y cada bebé reacciona a su ambiente de una manera única. Al tener más edad y ser más móviles, tratar con su comportamiento puede hacerse más difícil.

Parece que es difícil consolar a algunos bebés, mientras que otros parecen contentos todo el tiempo. Es posible que usted y el niño necesiten algún tiempo para acostumbrarse. Aquí hay algunos tipos de bebés que podría cuidar en su hogar:

**Los Bebés Molestos**

*Jaime, de seis semanas de edad, tiene problemas en dormirse, en ponerse cómodo, y en alimentarse. Él gimotea, dormita, y es irritable. Parece que nada le hace feliz: pretende que quiere que lo sostengan, pero cuando la proveedora lo recoge, de repente, él se pone incómodo; puede estar molesto, porque tiene hambre pero tampoco le gusta comer. No sonríe mucho, y llora la mayoría del tiempo.*

El comportamiento de Jaime no es un reflejo de su proveedora ni de sus padres. Este bebé necesita amor y atención especial. Puede ser difícil tratar con él, y puede interrumpir la situación en su hogar casi al punto de que quiere decirles a los padres que ya no lo puede cuidar. Pero este tipo de bebé necesita la permanencia y estabilidad de una sola proveedora. Trate de apegarse a la tarea--puede ser que esté feliz con los resultados.

- Mantenga al bebé descontento bien abrigado, si parece que esto lo relaja.
- Haga esfuerzos especiales para hacer contacto visual y hablar con este bebé. Es posible que no le responda en seguida, pero a largo plazo, estará más feliz.
- Trate de envolver al bebito un poco más que a los otros bebés a la hora de la siesta.

**Los Bebés Nerviosos**

*Mirna, de un mes, es muy tensa y nerviosa. Ruidos pequeños le sorprenden y molestan. Se molesta con su propio pataleo y movimientos, y tiene dificultad en dormirse. Se despierta fácilmente, porque casi cualquier ruido le asusta.*

Si a Mirna se le trata muy suavemente y con bastante paciencia y entendimiento, gradualmente se dará cuenta que no es necesario que todo le moleste. Necesita un ambiente tranquilo y quieto. Puede tener dificultad en

ajustarse a un hogar de cuidado que tiene muchos niñitos; por eso, tenga paciencia.

- Maneje a este bebé con suavidad pero también con firmeza. Háblele al acercarse para que al tocarlo no se sorprenda.
- Averigüe si el bebé está más cómodo cuando se le envuelve más.
- Háblele suavemente. Ponga música calmada si le parece que a ella le gusta.
- Llévela en un porta bebé o "Snuggli" en vez de dejarla en una silla para recién nacidos o corral.

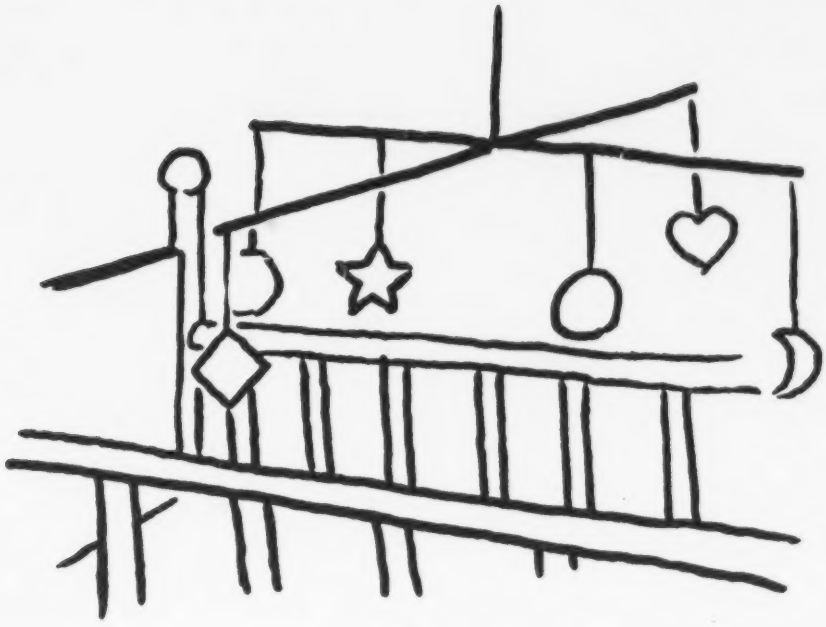
**Los Bebés Somnolientos**

*Francisco, de ocho semanas, siempre está dormido, hasta 7 de las 10 horas que está con usted. Es posible que esté despierto para una comida breve y después se duerma de nuevo.*

Algunas proveedoras están felices de tener un bebé así, porque estos bebés requieren poco trabajo. Pero estos bebés sí necesitan atención, aunque no la pidan. Hay que enseñarles que el mundo es un lugar amistoso e interesante, y que pueden disfrutar de estar despiertos con más frecuencia.

Aún un bebé que duerme más que lo normal debiera dormir menos al crecer un poco. Después de algunas semanas o un mes, se notará que está despierto más que durante el mes previo. Si no está despierto por más tiempo, hable con los padres. Anímeles a que hablen con su médico.

- Despierte al bebé para alimentarlo. Un recién nacido no puede aguantar mucho tiempo sin líquidos. Asegúrese de que los padres sepan que su bebé necesita comida aunque no llore para comer. Pregúnteles a los padres que tipo de horario ellos o su médico quieren para el bebé.
- Trate de sonreír, arrullar, hablar, y abrazar al bebé cuando esté despierto para sus comidas. Estimúlelo para participar en el mundo a su alrededor.
- Mantenga juguetes y "mobiles" con colores alegres en la cuna para que tenga cosas que le interesen si se despierta.



**Los Bebés Tímidos**

*Juan, de siete meses de edad, había estado con la misma proveedora por muchos meses. Cuando los niños más grandes vienen para jugar con él, parece que tiene miedo y se aleja de los niños. Si no se van, él llora. Es especialmente inquieto cuando hay alguien nuevo en la casa o cuando alguien se acerca cuando él y su familia del hogar de cuidado toman un paseo.*

Juan necesita tiempo para aprender que puede confiar en la gente. Especialmente, necesita entender que puede confiar en gente que ve todo el tiempo--sus padres y la proveedora.

- No lo obligue a que trate con gente desconocido. Respete sus sentimientos.
- Preséntele gente nueva poco a poco. Tal vez, uno de los preescolares podría ser su "amigo especial" por un rato.
- Haga juegos de escondidas como "peek-a-boo".

**Los Bebés Despiertos**

*Carolina, de dos meses, duerme muy poco. Tiene un patrón regular de dormir, pero parece que necesita dormir menos que los otros niños de su edad. Normalmente, ella es la primera que se despierta, y le gusta estar con los niños más grandes.*

Asegúrese de que este tipo de bebé esté despierto porque quiere estar despierto, y no porque hay algo que lo mantiene despierto. Es probable que le guste estar en el mismo cuarto con los otros niños, mirando y escuchándolos lo más que pueda.

- Cambie su posición con frecuencia, y póngala en partes diferentes del cuarto; déjela observar a los otros niños hasta que esté lista para participar.

- Cambie los juguetes y "mobiles" en su cuna con frecuencia.

Los niñitos tienen mucho trabajo que hacer (y por eso, usted tiene mucho trabajo también): están aprendiendo sobre sus límites. Los niñitos tienen que

BEST COPY AVAILABLE

aprender sobre los límites de sus propios cuerpos también--lo que pueden hacer y lo que todavía requiere ayuda. También, aprenden los límites de su ambiente- "las reglas", o lo que tienen permiso y no tienen permiso para hacer.

Muchas veces, los adultos cometen el error de pensar que los tiernos en alguna manera entienden las reglas de los adultos y como que saben controlarse. Algunos adultos piensan que cuando un niño rompe una de estas reglas (tal vez, al morder, agarrar un juguete, o gritar) el niño trata de portarse mal a propósito. Sin embargo, la verdad es que el niño está aprendiendo sobre los límites casi todo el tiempo.

Muchas veces, se les olvida a los adultos que los niños quieren aprobación. Quieren que usted esté feliz con ellos.

¿Porqué, entonces, rompen tantas reglas?

Aprender lo que es aceptable y lo que no es aceptable requiere tiempo y práctica.

**Los Niñitos que Exploran**

*Carlos, de 13 meses, está en la casa de una proveedora nueva. La proveedora tiene un bello acuario lleno de peces y piedritas coloradas y hasta un castillito. Él va hacia el acuario inmediatamente, hasta que viene la proveedora y le enseña lo que puede tocar y lo que no puede tocar.*

Por todas partes que un niñito va, hay cosas nuevas que quiere entender. Es curioso y quiere explorar; no entiende que algunas cosas son demasiado peligrosas para jugar. También, su memoria todavía está en desarrollo, y es posible que no pueda recordar todas las reglas en seguida.

Mientras más reglas tenga, más tiempo pasará enforzandolas, en vez de pasar tiempo productivo con los niños. Si quiere que no se toque un vaso, póngalo fuera del alcance de los niños. Así, no tendrá que seguir diciendo "No"; no es necesario que se preocupe sobre el vaso, y los niños pueden enfocarse en otra cosa.

- Mantenga reglas sencillas.
- Espere que un niño sea curioso. Si quiere que un bebé o niño no juegue con algo, póngalo en un lugar donde no lo vea o alcance.

- Haga que su hogar sea un lugar donde los niños puedan sentirse exitosos--lleno de artículos seguros con los cuales se les permite jugar.

**Los Niños que Prueban Los Límites**

*Enrique, de 18 meses de edad, se niega a acostarse durante la siesta. Tan pronto como la proveedora lo pone en la cama, se levanta nuevamente. O quiere algo de tomar, o quiere un juguete, o quiere jugar. Cuando la proveedora lo manda a su camita, él grita, "¡No! ¡No!"*

La hora de acostarse es un momento favorito para protestar. Muchas veces, se niegan a descansar aunque estén muy cansados. El niñito está probando su límite. Quiere averiguar, "¿De veras, quiere ella que me acueste? ¿Qué me pasará si no lo hago? Usted necesita insistir en las reglas suavemente pero con firmeza.

Programe siestas regulares (u horas de descanso, para los preescolares), y manténgalas.

- Aviseles que la hora de la siesta viene: "Diez minutos hasta la siesta."

- Programe actividades quietas inmediatamente antes de la hora de descanso para ayudarles a los niños a que se relajen.

- No les dé a los niños azúcar o cafeína, especialmente antes de la siesta. (El chocolate tiene azúcar y cafeína, tal como muchas gaseosas.)

- Pase por alto el bullicio y los que lloran después de asegurarse de que no hay un problema real.

## Tipos de Conducta Común Que Pueden Requerir Atención Especial

Algunos tipos de comportamiento común de niños pueden ser más difíciles de entender y tratar que otros. Algunos de estos son chupar del dedo y chupetes, llevar una manta de seguridad, hacer pataletas, morder, y masturbarse. Todos estos comportamientos son maneras que el bebé tiene para descargar tensión. Las personas de toda edad necesitan hacerle frente a enojos, frustraciones, y decepciones.

Todos--tanto niños como adultos--necesitan sentirse bien sobre sus emociones. Está bien que los bebés se sientan enojados, y hay que respetar sus sentimientos. Los niñitos necesitan su ayuda para encontrar maneras apropiadas de expresar su enojo.

Si castiga a un niño por tener una pataleta o chuparse el dedo, puede darle el mensaje de que las emociones son malas--que de alguna manera, él es una persona mala.

El bebé o niño todavía no ha desarrollado otras maneras de tratar con sus sentimientos. Tan pronto como lo haga, dejará de chuparse el dedo o hacer las pataletas por sí mismo. Es probable que el castigo no pondrá fin a chupar el dedo: lo hará en secreto. Si tiene que esconder su acción, es probable que sentirá que ya no es una buena persona. Puede desanimarse o volverse muy agresivo.

### Chuparse el Dedo

Chuparse el dedo es una buena manera de consolarse para el bebé, pero también puede ser un hábito difícil de romper cuando el bebé tenga más edad. Los bebés pueden chuparse el dedo porque tienen hambre, sueño, o están frustrados. Mire a sus bebés y niñitos para averiguar cuando es que se chupan el dedo.

¿Tiende Miguel a chuparse el dedo cuando ha jugado duro por mucho tiempo? Tal vez se cansa o frustra. Busque señales de que está cansado, y déle una actividad más quieta o una siesta antes de que piense en chuparse el dedo.

Averigüe la opinión de los padres. No les gusta a algunas familias que se chupen el dedo; otros prefieren que usted no interfiera con el hábito del niño.

Si de repente un niño comienza a chuparse el dedo cuando nunca antes lo hacía, esto puede ser un señal que algo le molesta. ¿Tiene un hermano nuevo? ¿Ha cambiado algo en su cuidado o el hogar de él? Trate de resolver la causa de su chupar en vez de solamente parar el hábito. Es posible que para el niño, chupar sea una manera de pedirle ayuda.

Chuparse el dedo puede causar infecciones o dientes torcidos cuando el niño crezca. Usualmente los niños han parado de chuparse el dedo por sí mismos mucho antes de que hayan hecho esa clase de daño.

**Las Pataletas**

Un niño de dos años está aprendiendo sobre límites. Tiene que aprender sobre los límites que usted le fija, y tiene que aprender sobre los límites de su propias habilidades. Quiere ser un niño grande, pero en realidad, no es suficientemente grande o fuerte para hacer todo lo que quisiera. Puede hablar, pero no sabe suficientes palabras para expresar todo lo que quiere. Su mundo puede ser muy frustrante.

Una pataleta es una expresión extrema de enojo. El niño ha perdido control--está tan enojado que su cuerpo entero chilla con frustración. No se deben fomentar las pataletas, o el niño creerá que ésta es una manera aceptable de conseguir lo que quiere. A la vez, es necesario entender la pataleta del niñito. Decida en adelante como responderá.

Para prevenir las pataletas tanto como sea posible, quite las frustraciones que pueda del mundo del niño. Haga que su hogar sea un lugar donde él puede sentirse libre. Si siempre le está diciendo "no"--"No lo toque," o "No vaya por allá," o "No abra ese armario,"--claro que se sentirá frustrado y perderá auto-confianza.

Asegúrese de que los juguetes, rompecabezas, juegos, y las actividades en su casa sean apropiados para los niños que tiene. Si todos los rompecabezas son para niños de 3 a 4 años, el niño de 2 años se va a frustrar. Sin embargo, si le da juguetes a su nivel, aprenderá y tendrá un sentido de logro y orgullo.

Busque señales que se acerca una pataleta. Usualmente, los niños tienen pataletas porque se sienten cansados o frustrados. Mire a los niños en su cuidado: ¿Han estado en casa demasiado? ¿Tienen hambre? ¿Necesitan una siesta? ¿Han habido muchas visitas? Generalmente, una pataleta es una respuesta al ambiente. Si conoce bien a los niños en su cuidado, es probable que

pueda averiguar cuando se están poniendo tensos. Tenga listas actividades tranquilas para esos momentos.

Un niñito se puede asustar con el poder de su propia pataleta. "¿En realidad, cuánto poder tengo? ¿Me protegerá alguien de mi mismo?" Cuando la pataleta se apacigüe, el niño necesita que usted le consuele y le diga que no es una persona mala solamente porque perdió el control. A veces, es posible que necesite tranquilamente impedirle al niño que se lastime o dañe a otra persona o un artículo en la casa. Sostenga sus manos o pies suave pero firmemente. Se sentirá mucho mejor más tarde si no ha causado daño.

A la vez, necesita saber que hay mejores maneras de desahogar su enojo. Después de que se haya calmado, reconozca sus sentimientos, pero también, ayúdele a pensar en otra manera de descargar su frustración. Dígale, "Se enojó bastante, Carlos. Es difícil sentirse tan enojado," o, "¿Se frustró con ese juguete, verdad? La próxima vez, cuando necesite ayuda, pídamela." Es posible que un niñito no comprenda lo que usted le dice, ni pueda identificar la frustración cuando aparezca, pero poco a poco entenderá su mensaje: usted lo acepta y reconoce sus sentimientos, pero usted no acepta la pataleta.

Algunos niños siguen teniendo pataletas a una edad en la que ya pueden avisar que hay un problema. Estos niños usualmente tienen pataletas, porque las pataletas les funcionan--sus padres o proveedoras les dan atención o lo que quieren todo el tiempo. Aún atención negativa como gritar o castigar puede causarles que sigan con las pataletas. Limite la conducta dañina pero además de eso, ignore la pataleta. Ofrézcale al niño bastante atención en otros momentos.

**Haga cumplir las reglas en una manera uniforme.**

Los adultos no deben tomarles todas las decisiones a los niños. Los niños necesitan sentir que tienen opciones sobre su vida. Puede dejarles tomar muchos tipos de decisiones: ¿cual rompecabezas quisiera? ¿cual libro quiere? Al tener mas edad, podrán tomar más decisiones.

Sin embargo, cuando fija una regla, necesita hacerla cumplir todo el tiempo. Si la ejecuta una vez y entonces deja que alguien la rompa, va a tener problemas. Hasta los niñitos pueden percibir cuando existe la posibilidad de que pueden

evadir la regla, y siempre empujarán los límites. Por el bien de los niños y suyo también, necesita mantener el mismo límite todo el tiempo--¡use la misma regla para todos los niños todo el tiempo!

*Teresa pide una galleta inmediatamente antes del almuerzo. La proveedora, la señora Sánchez, le dice no, y Teresa empieza a gritar. La señora Sánchez trata de pasarla por alto, pero Teresa grita aún más fuertemente. Por fin, la señora Sánchez ya no puede aguantar el ruido. "Bueno. Aquí tiene una galleta." Teresa deja de llorar.*

*Teresa ha aprendido que en realidad, cuando la señora Sánchez dice que no, no significa nada. Lo único que Teresa necesita hacer es llorar por suficiente tiempo y la señora Sánchez cederá. Si la señora Sánchez tiene una razón buena para no darle una galleta, ¿entonces porqué cambió de idea?*

Con una pataleta como la de Teresa, que demuestra una manera de obtener algo que no debe tener, la mejor respuesta podría ser pasar por alto la pataleta. Si la pataleta no consigue lo que Teresa quiere, eventualmente dejará de hacer pataletas.

Los niños necesitan que los adultos sean consistentes. Necesitan entender que cuando los adultos fijan las reglas, en realidad las reglas les benefician a los niños. Si las reglas cambian dependiendo del genio de los adultos, los niños dejan de tenerles confianza a los adultos.

Algunas proveedoras han tenido éxito mandando a los niños a sillas de "tiempo quieto". Encuentre un lugar donde el niño puede ir para estar callado y calmarse nuevamente. No use la silla como un castigo; ofrezca "tiempo quieto" como una manera de ayudarle al niño a que se calme. El niño debe poder reunirse con el grupo nuevamente cuando se sienta calmado. Recuerde que aún unos pocos minutos pueden parecerle como una eternidad a un niño de dos años. Este método no les ayuda a todos los niños, así que use su juicio al usarlo.

Una proveedora usa un piscinita plástica vacía como un rincón de tiempo quieto para los niñitos que no pueden sentarse en sillas cómodamente. Meta juguetes que estimulan que los niños se calmen.

**Morder**

El morder es un problema muy común dondequiera que haya grupos de niñitos. En cualquier momento que muerdan a alguien, su primera responsabilidad es con el niño que fue lastimado. Consúelelo y lave la herida (vea el Capitulo Seis); cuando esté bien, déle su atención al niño que mordió.

Los niñitos muerden con bastante frecuencia. Muchas veces, muerden cuando están muy frustrados, y están tratando de conseguir atención. Es probable que no entiendan el resultado de morder--no quieren lastimar a nadie. Alguna gente dice, "¡Muérdelo tú también! ¡Enséñele que lo que hace duele!" Pero si el morder del niño es malo, ¿entonces, como puede hacerlo usted



BEST COPY AVAILABLE

también?" También, el morder es muy peligroso; usted podría gravemente lastimar al niño al morderlo.

Trate de entender lo que le está frustrando al niño. ¿Le atormenta alguien? ¿Hay un problema en el hogar del niño? ¿Es posible que tenga celos de un bebé nuevo en su hogar de cuidado? Trate de hacer que su tiempo de juego sea más simple, para que haya menos cosas que lo molesten.

*Dígale a un niñito que muerde que no va a dejarlo morder al otro niño. Dígale, "A Pepe no le a gusta cuando tu lo muerdes. ¡Le duele! A Pepe le gusta cuando lo tocas suavemente, así." Enséñele como se toca suavemente.*

*Entonces, vigílelo cuanto sea posible. Si ve que se frustra o enoja, sugiérale otra actividad. Si lo ve moverse para morder a alguien, impídalo inmediatamente. Mantenga su voz y sus acciones tan calmadas, quietas, y firmes como sea posible.*

Siendo que el morder puede doler tanto, tendemos a agitarnos. Esta clase de atención emocional puede causarle al niño que lo repita. Al igual que con las pataletas, impida la conducta no aceptable y déle al niño más atención cuando juegue bien.

Estimúlelo a que haga un juego de fantasía o que finja. A veces, cuando los niñitos hacen esto, la proveedora puede aprender mucho sobre lo que ocurre en la mente del niño. Si el juego de fantasía revela lo que le molesta al niño, busque una manera de tratar con la fuente de su infelicidad.

**La Masturbación**

Todas las partes de sus cuerpos les interesan a los bebés y a los niños. Su área genital no les parece diferente a su nariz o boca. Cuando están aprendiendo a usar la bacinilla, hay tanta atención enfocada en sus órganos genitales que naturalmente quieren tocarlos. Tocar sus órganos genitales es inocente y no daña nada; no hacen nada inmoral.

Los adultos que hacen mucho énfasis en la masturbación causan que el problema empeore; los niños no van a comprender el porqué no deben tocarse, y pueden crecer pensando que sus órganos genitales son sucios y pecaminosos.

Los niñitos dejan de tocarse en público rápidamente. Al no ver a otros haciendo lo mismo, de pronto pararán.

Si la masturbación parece ser un descargo de tensión para un niño, ayúdele al niño a encontrar otras maneras de sentirse mejor. Si un niño se masturba a una cierta hora todos los días, o después de una cierta actividad, anticipelo y trate de darle otra actividad.

**El Entrenamiento de La Bacinilla**

No hay reglas precisas sobre la edad apropiada para que un niño deje los pañales y use el baño. Muchos niños están listos para aprender cuando tienen dos años, pero cada niño es diferente y puede estar listo para el entrenamiento a una edad diferente. Es común que los varones no estén completamente entrenados antes de que tengan tres años. Usted y los padres necesitan trabajar juntos; por eso, asegúrese de hablar con ellos sobre este tema.

El entrenamiento de la bacinilla puede ser un proceso largo. Un niño puede tener accidentes o mojarse durante la noche o siesta por varios años. Esto es totalmente normal. Los accidentes ocurren más cuando el niño no se siente bien, acaba de venir a un hogar de cuidado nuevo, o está molesto sobre algo. No lo castigue al tener un accidente; en lugar de eso, manténgase tranquila y paciente.

Cuanto más relajada y directa sea usted en el entrenamiento, más fácil será para usted, el niño, y los padres.

**Los bebés tienen que estar listos para el entrenamiento tanto mental como fisicamente.**

He aquí algunas señales de que un niño está listo:

**Las señales fisicas**

- Puede controlar su vejiga; esto rara vez ocurre antes de que un niño pueda caminar;
- Puede controlar su músculo esfínter; esto significa que puede empujar cuando tenga una evacuación intestinal. Esto usualmente ocurre entre 18 y 24 meses de edad;

- Puede mantenerse seco por periodos largos;
- Indica que está por orinar o tener una evacuación intestinal; puede hacerlo al estirar su pañal o un varón puede estirar su pene;
- Poder avisarle de alguna manera que necesita usar el baño; averigüe cuales palabras usa su familia para el baño, orina, y evacuación intestinal.

**Las Señales Mentales**

- Exhibe un interés cuando los otros niños usan la bacinilla
- Está incómodo cuando su pañal está sucio o mojado; le avisa cuando se quiere cambiar al venir y apuntarle a su pañal o diciéndole.

BEST COPY AVAILABLE

**Cosas que recordar sobre el entrenamiento de la bacinilla:**

Asegúrese de que el niño pueda subirse y bajarse de la bacinilla solo. Es más probable que tenga una evacuación intestinal si sus pies pueden tocar el piso o si tiene un lugar donde puede poner sus pies.

Dígale al niño simple y firmemente lo que quiere que él haga. Puede entender más fácilmente si ve a otros niños usar la bacinilla.

No lo haga sentarse en la bacinilla a la fuerza. Gradualmente se acostumbrará a la idea. Pruébelo otra vez dentro de unos cuantos días.

Averigüe si el niño está más cómodo si usted está cercana cuando él use la bacinilla.

Nunca le haga sentir vergüenza por tener un accidente.

Felicítelo y estimúlelo al usar la bacinilla siempre.

## APRENDER AUTO-CONTROL

El día de la proveedora puede ser difícil. A veces la proveedora de cuidado puede sentir que su paciencia ha sido empujada al límite.

*La señora Martínez está cansada. Acaba de recuperarse de la gripe, y los niños que cuida están inquietos en otro día frío y gris. Nubia, de cuatro años, sigue quitándole los bloques de su gemela. Rigoberto, de seis meses, llora cuando la señora Martínez está fuera de su vista.*

*Felícita, de 20 meses, viene a la señora Martínez y le da una palmada en la pierna. "No, Felícita. Esto no me gusta." Rigoberto empieza a llorar, mientras Felícita ríe y le da otra palmada. "¡No, Felícita!" Cuando Felícita le da otra palmada, la señora Martínez la agarra y la sacude. "¡No vuelva a golpearme! ¡Eres una niña mala!" La pone gritando en una silla y sale del cuarto.*

La señora Martínez tuvo un día difícil y perdió su control. El auto-control es lo que las proveedoras quieren enseñarles a los niños que cuidan, y los niños aprenden por sus ejemplos. La señora Martínez controló el comportamiento de Felícita, pero lo hizo a la fuerza.

Usar fuerza física en un niño nunca le enseña al niño auto-control. Al contrario, la fuerza les enseña que tienen que obedecer a la persona más fuerte. Dominar a un niño por medio de su fuerza le dificulta al niño tener auto-estima.

Los adultos pueden dañar el sentido de auto-estima del niño simplemente con palabras, también. Llamar a un niñito malo, estúpido, feo, o decirle que "solamente los puercos sucios hacen eso," o usar un estigma racial puede hacerle sentirse sin valor al niño.

Mucha gente oye la frase "abusador de niños" y piensan en términos de algún malvado desagradable desconocido con un abrigo grande. Pero la verdad es que cada uno de nosotros es capaz de ser un abusador de niños. La mayoría de abusadores de niños aman a los niños que cuidan, y no los quiere dañar. Pero tienen "un día difícil", y pierden su paciencia y control.

**Cosas que recordar sobre el comportamiento:**

Ningún bebé se porta mal a propósito. El niño no se porta de una cierta manera solamente para hacerle miserable a usted.

Ningún bebé merece que lo golpeen, bofeteen, sacudan, o agarren por el codo.

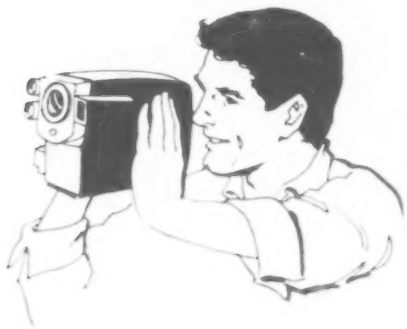
A ningún niño se le debe mencionar malas palabras o decir que es malo, estúpido, o feo.

Los niños en su cuidado aprenderán sobre su auto-control al mirar su ejemplo.

**Si al cuidar a los niños usted los maltrata, no debe cuidarlos.** Esto no significa que usted es una persona terrible. Muchas personas que han maltratado a niños en el pasado han recibido ayuda de consejeros, pastores, o sacerdotes.

**En este capítulo, aprendió:**

- Mantenga reglas sencillas.
- Haga que su hogar sea un lugar donde los bebés pueden sentirse exitosos.
- Felicite el comportamiento bueno.
- Aviseles a los niños que todavía son personas buenas aunque a veces no le gustan sus acciones.
- Averigüe si la conducta del niño es debido a algo que ocurre en la vida del niño. Trate el problema, no el comportamiento.
- Hágales saber a los niños que todos los sentimientos están bien. Ayúdeles a encontrar maneras aceptables de manifestar sus sentimientos.



# Capítulo Cinco
# Nutrición y Alimentación

Para mantener la salud, necesitamos comidas que sean nutritivas (vitaminas, minerales, proteínas, grasas, y carbohidratos).

**En este capítulo, leerá sobre:**

- asuntos sobre alimentación que debe consultar con los padres;
- cuales comidas necesitan los niños para obtener los nutrientes necesarios;
- como las destrezas de comer están relacionadas a los hitos de desarrollo sobre las cuales leyó en el Capítulo Tres;
- el programar de la alimentación y destete; y
- la introducción de comidas sólidas al bebé.

## Asuntos Que Consultar Con Los Padres

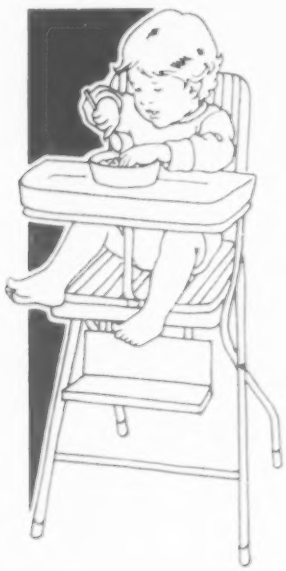
Antes de que un bebé comience bajo su cuidado, hágales algunas preguntas generales a los padres sobre la alimentación del bebé:

- Si el bebé es amamantado, ¿le traerá la mamá la leche de pecho que produce todos los días?
- Si el bebé toma fórmula, ¿le traerán la fórmula los padres o la comprará usted del pago que recibe de los padres como parte de la cuota por cuidar al niño?
- ¿Participará usted en el Programa De Alimentación Para El Cuidado De Niños Y Adultos del gobierno para que el costo de la comida que compra para los niños en cuidado pueda ser reembolsado?

- ¿Cuánto come el bebé usualmente?
- ¿Cuál es el horario de alimentación del bebé?
- ¿Cuándo quieren que comience con comida sólida?
- ¿Tiene el niño alergias a algunas comidas, o hay una historia de alergias en la familia? Una historia familiar de alergias puede significar que la introducción de comida sólida se debe atrasar.
- ¿Tiene la familia creencias religiosas o culturales que afectan sus hábitos de alimentación?

**Los Hitos de Alimentación**

El desarrollo físico del bebé se refleja en su alimentación. Durante los primeros meses, el bebé aprende la coordinación de mano a boca. Continúa mejorando esta destreza y cuando tenga de 7 a 8 meses, puede agarrar suficientemente bien para comer comidas con la mano. Cuando tenga de 10 a 12 meses, puede sostener una cuchara. Sus esfuerzos de comer con una cuchara serán algo sucios por algún tiempo. Si usted puede aceptar el desorden y darle bastante práctica, es probable que a los 24 meses de edad, se pueda alimentar sin problema. Mire la tabla siguiente, "Los Hitos del Desarrollo", para ver otros ejemplos de los pasos para aprender las destrezas de alimentación.



## LOS HITOS DEL DESARROLLO

| Meses | Comidas | Las Respuestas Naturales | Las Destrezas Del Desarrollo |
|---|---|---|---|
| 0-3 | Fórmula o leche de pecho | Reflejos naturales para mamar, chupar, tragar, y basquear; pierde líquidos por los lados de la boca | Coordinación mano-a-boca |
| 3-5 | Fórmula o leche de pecho; tal vez cereales | Aumenta en la fuerza de chupar | Comienza a alcanzar y abrir la boca para la tetilla o pezón |
| 5-7 | Fórmula o leche de pecho; introducir la comida sólida | Hacen bulla con los labios, mueve los labios al comer | Mueve la boca para recibir la cuchara, transfiere cosas, suelta cosas |
| 7-8 | Fórmula o leche de pecho, comida sólida y puré de comidas de mesa | Come comida de la cuchara rápida y fácilmente, mueve más la lengua en la boca, comienza a masticar | Come con mano; sostiene dos objetos y los golpea juntos |
| 8-10 | Fórmula o leche de pecho; puré de otras comidas de mesa | Cierra la boca sobre el borde de la taza; muerde objetos; come galletas | Come galletas con la mano; acepta uno o dos tragos de la taza; sostiene el biberón; trata de alcanzar y agarrar |
| 10-12 | Fórmula o leche de pecho; comidas cortadas en pedacitos o puré | Se lame la comida del labio inferior; juega con la lengua lado-a-lado en la boca; mastica | Acepta 4 o 5 tragos continuos de la taza; come pedacitos con la mano; comienza a agarrar la cuchara; recoge objetos pequeños y los pone en la mesa |
| 12-15 | leche; comidas cortadas en pedacitos | Escupe la comida; se lame el labio inferior con la lengua; no babea tanto | Agarra la cuchara y trata de llevarla a la boca; pone menos cosas en la boca; hace garabatos con crayon |
| 18-24 | Comida corriente con carne cortada en pedacitos | La masticación madura | Se alimenta desordenadamente con la cuchara; toma de la taza y la pone en la mesa; destetado del biberón; dobla páginas de libro una a la vez; quita tapas de jarros. |

## EL HIGIENE Y LA SEGURIDAD

Antes de preparar la comida y alimentar a los niños, los métodos correctos de trabajar con comida son totalmente necesarios para prevenir los microbios y enfermedades. Algunos de los pasos más básicos incluyen:

- Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua y siempre después de usar el baño, cambiar los pañales, tocar aves y carne cruda, estornudar, usar pañuelos, y siempre antes de comenzar cualquier trabajo en la cocina. Asegúrese de lavar sus propias manos tanto como las manos de los niños antes y después de comer.

- Mantenga las áreas de trabajo en la cocina limpias y bien organizadas.

- Ponga cualquier comida que no se usa en el momento en el refrigerador. Si no se está preparando, cocinando, ni comiendo, ¡debe estar en el refrigerador! Limpie cualquier derrame puntualmente.

- Solamente use utensilios limpios para preparar, cocinar, y servir la comida.

- Mantenga los dedos y las manos fuera de la comida tanto como sea posible. Use utensilios en vez de las manos.

- Recoja y lleve los vasos por sus bases, las tazas por sus asas, y los platos por sus bordes. No toque las superficies de comer o beber.

- Use una cuchara limpia cada vez que pruebe la comida que esté cocinando.

- Evite fumar en la cocina y alrededor de los niños.

- Siempre limpie inmediatamente cualquier jugo de aves o carne cruda. Después de preparar aves o carne cruda, limpie completamente con jabón y agua caliente el área de trabajo y todos los utensilios y superficies de cortar antes de preparar y servir otra comida. Las aves y carnes contienen ciertos microbios que pueden contaminar otra comida fácilmente y causar enfermedades graves.

## Los Horarios Para Alimentar a Los Bebés

Gradualmente, el bebé establecerá horarios para dormir y comer. El horario cambiará a medida que el bebé crece, pero usted tendrá un idea de horas aproximadas para alimentarlo. Arregle su programa de cuidado para que pueda darle al bebé su atención durante la comida; es posible que un buen tiempo sea cuando los preescolares descansen. Manténgase tranquila sobre la comida del bebé: no siempre tendrá hambre durante sus horas normales de comer, y nunca debe forzarlo a comer. Los bebés saben cuando necesitan comida y comerán cuanto necesiten. Mire la tabla siguiente para un idea de cuales comidas usualmente comen los bebés a edades y horas diferentes del día.

## Comida Para Los Bebés

Muchos padres tienen dificultad en decidir si su bebé debe mamar o no, y por cuanto tiempo. Debido a que hay muchas ventajas tanto para el bebé como para la mamá, las proveedoras deben apoyar y hasta animar a las madres que quieren dar el pecho. Hay varias buenas razones del porqué la leche de pecho es una opción saludable para el bebé. La leche de pecho es barata, causa menos alergias, puede proteger contra enfermedad y sobrepeso, y es más fácil de digerir. En sí, se puede decir que la leche de pecho le ayuda a crecer mejor al bebé crecer y el bebé lo tolera mejor que la fórmula.

En muchas maneras, el amamantar también es mejor para la madre. Darle pecho le ayuda al cuerpo de la madre a regresar al tamaño normal después del embarazo y puede protegerla de cáncer del pecho. También, ahorra su tiempo, porque requiere poca preparación. Una desventaja obvia para la madre que trabaja es que necesita estar presente para darle el pecho al bebé, o tiene que proveer la leche que produce. Si la madre puede venir a su hogar para amamantar, asegúrese de proveerle un lugar privado y callado.

Si la madre le trae su leche producida, puede mantener la leche de la madre en el refrigerador por 48 horas antes de que se arruine, o se puede mantener congelada (en plástico, no en vidrio) por seis meses. Deshiele la leche congelada en el refrigerador, no al aire libre. Caliente la leche bajo el agua corriente caliente, y agítela antes de servir.

## HORARIO TÍPICO DE ALIMENTACIÓN PARA LOS BEBÉS DURANTE EL PRIMER AÑO

| HORA | COMIDA | 3 MESES | 6 MESES | 8 MESES | 10-12 MESES |
|---|---|---|---|---|---|
| 6 A.M. | LECHE DE PECHO O FÓRMULA | 5-6 onzas | 7-8 onzas | 8 onzas | |
| 8 A.M. | LECHE DE PECHO O FÓRMULA | 3 onzas | 4 onzas | 4 onzas | 8 onzas |
| | FRUTA | | 2-4 cucharadas | 6 cucharadas | 1/2 taza |
| | CEREAL INFANTIL | | 2-4 cucharadas | 6 cucharadas | 1/2 taza |
| 10 A.M. | LECHE DE PECHO, FÓRMULA, O JUGO | 5-6 onzas | 3 onzas | 5 onzas | 4 onzas |
| 12 P.M. | LECHE DE PECHO O FÓRMULA | | 4 onzas | 4 onzas | 8 onzas |
| | VERDURA | | 2-4 cucharadas | 6 cucharadas | 1/2 taza |
| | CEREAL INFANTIL | | 2-4 cucharadas | 6 cucharadas | 1/2 taza |
| 3 P.M. | LECHE DE PECHO, FÓRMULA, O JUGO | 5-6 onzas | 7-8 onzas | 6 onzas | 4 onzas |
| 6 P.M. | LECHE DE PECHO O FÓRMULA | 5-6 onzas | 7-8 onzas | 4 onzas | 8 onzas |
| | VERDURA | | 2-4 cucharadas | 6 cucharadas | 1/2 taza |
| | CEREAL INFANTIL O CARNE | | 2-4 cucharadas | 6 cucharadas o 1-2 cucharadas | 4 cucharadas |
| 10 P.M. | LECHE DE PECHO O FÓRMULA | 5-6 onzas | | | |

Aunque la leche de pecho es la mejor opción para la madre y el niño, la fórmula infantil es una alternativa aceptable y a veces conviene más para cumplir las necesidades de la familia del bebé. Cuando los padres y su pediatra toman esta decisión, déles su apoyo. Si la madre no le da pecho, debe alimentar al bebé con fórmula infantil fortificada con hierro. El hierro es un mineral que es necesario para el crecimiento. La mayoría de fórmulas son hechas de leche de vaca en una manera especial para hacerlas lo más igual a la leche materna como es posible. Algunas fórmulas son hechas de leche de soya para los bebés que tienen una alergia a la leche de vaca o que no pueden tolerar bien la proteína de animales.

En un país como los Estados Unidos, donde el agua es limpia, es probable que no sea necesario esterilizar la fórmula infantil. Sin embargo, se necesitan lavar con jabón y agua **caliente,** enjuagar, y secar completamente las tetillas y los biberones. Por supuesto, es necesario lavarse las manos antes de preparar la fórmula en una cocina limpia.

Si el pediatra o los padres del bebé deciden que se necesita esterilizar la fórmula, hay dos métodos aceptables. El primer método, **el calentamiento terminal,** es mezclar la fórmula, echarla sin hervirla dentro de botellas lavadas pero no esterilizadas, colocar la tetilla y la tapa dejándolas flojas, y por ultimo, esterilizar las botellas llenas poniéndolas en un soporte en el esterilizador de biberones, llenarlo hasta la mitad con agua, y hervir el agua por 25 minutos. Apriete las tapas tan pronto como se enfríen suficientemente para poderlas sostener; y entonces, póngalas en el refrigerador.

El segundo método, se llama el **método aséptico**, es lavar y después esterilizar todas las partes de las botellas y equipo de medir poniéndolos en un esterilizador con 5 pulgadas de agua y hervirlos por 5 minutos. Luego de hervirse por 5 minutos la fórmula preparada o hecha con agua, ya esterilizada, puede verterse en los biberones.

Para preparar la fórmula, siga **precisamente** las instrucciones en la lata o botella. Mantenga fórmula preparada en el refrigerador. Al abrirse, debe usar la fórmula enlatada o embotellada dentro de 48 horas.

Déle al bebé su biberón cuando los otros niños estén descansando o jugando tranquilamente. La comida es un buen tiempo para momentos especiales entre usted y el bebé. Encuentre una silla cómoda, y sostenga al bebé en su regazo. Mírele los ojos al bebé. Avísele que él tiene su atención completa.

A algunos bebés les gusta que los haga eructar, pero otros no quieren tanto movimiento pronto después de comer. Para decidir lo que debiera hacer, hable con los padres o pruebe métodos diferentes con el bebé bajo su cuidado.

- Mantenga un trapo o pañal limpio a la mano para derramamientos o vómito.

- Asegúrese de que el biberón esté inclinada para que la tetilla esté llena cuando el bebé chupa. De otra manera, el bebé tragará mucho aire y se le hará incómodo. Si el bebé tiene problemas, pruebe un biberón que tenga una tetilla de forma diferente.

- Siempre use una cuchara, no un biberón, para cereales y otras comidas sólidas. La comida en el biberón puede atragantar al bebé, puede contribuir al sobrepeso infantil, y no le ayuda al bebé a aprender los buenos hábitos de comer. Se deben usar los biberones solamente para el agua, fórmula, o leche de pecho.

- Nunca les sirva Kool-Aid, té, o gaseosas ni en biberón ni taza a los bebés. Estas bebidas no contribuyen con ningún nutritivo a la dieta del bebé, pueden causar problemas dentales, y claramente no le enseña al niño los hábitos apropiados de comer.

**Cosas que recordar sobre la alimentación del biberón:**

Incline el biberón suficientemente para que la tetilla esté llena durante la comida.

Sostenga al bebé mientras le dé el biberón. Haga que el tiempo de alimentación sea un tiempo seguro y cómodo. Tenga contacto visual con el bebé.

Mantenga separada la fórmula o leche de pecho para cada bebé. Designe los biberones para cada bebé.

No deje que un bebé duerma con un biberón de leche, fórmula, o líquido dulce. Los ingredientes en el biberón se quedan en la boca y se extienden sobre los dientes, formando una substancia que estimula el crecimiento de los microbios que pueden causar caries dental. Estas caries excesivas pueden ocurrir aún antes de que los dientes aparezcan. Se puede sustituir con un biberón de agua o un chupete.

**Nunca** caliente el biberón de un bebé en el horno de microondas, porque la leche se puede supercalentar y darle un seria quemadura interna al bebé. **Siempre** verifique la temperatura de la leche antes de dársela al bebé.

## EL DESTETE

El destete, o aprender a beber de una taza en vez de un biberón o el pecho, es a veces un proceso largo. Asegúrese de hablar con los padres para que ambos usen el mismo método. Aún después de que un bebé pueda beber de una taza, es totalmente normal que quiera un biberón de vez en cuando. Sin embargo, no le deje tener un biberón todo el tiempo: esto puede dañar las encías y los dientes.

Empiece a ofrecerle una taza al bebé cuando tenga seis meses. Sosténgale la taza las primeras veces, y déjele probar uno o dos tragos. El bebé quisiera sostener la taza. No la llene mucho, y asegúrese de que la taza sea liviana. Servir el jugo en una taza en vez de un biberón usa la preferencia natural del bebé hacia lo dulce para estimular el destete gradual. Las tazas deben tener bases anchas, tapas, y asas grandes y fáciles de agarrar. Pruebe una taza con pitón.

## La Introducción de la Comida Sólida

Hasta que un bebé tenga 6 o aún 8 meses de edad, todos los requisitos nutricionales se pueden cumplir con la leche de pecho o fórmula infantil. No hay prueba científica que los bebés que comen cereal u otras comidas sólidas duermen por periodos de tiempo más largos que los bebés que comen solamente fórmula o leche de pecho. Es importante no darles comida sólida demasiado temprano por varias razones:

- El sistema digestivo del bebé no está completamente desarrollado al nacer. La comida sólida puede causar malestares intestinales y del estómago o reacciones alérgicas.

- El uso prematuro de comida sólida puede causar que un bebé coma y tenga sobrepeso.

- La introducción prematura de comida sólida puede reducir la cantidad de leche de pecho o fórmula que el bebé tome; es posible que el bebé no reciba suficiente calcio, grasa, proteína, y otros nutritivos necesarios para el crecimiento normal.

- Forzar al bebé a que coma de una cuchara antes de desarrollar el control muscular de su boca y lengua puede ser una experiencia desagradable para usted y el bebé.

Busque señales de que el bebé está listo para comenzar a comer la comida sólida:

- El bebé puede sentarse con apoyo.

- El bebé puede mantener parada la cabeza sin mayor problema.

- El bebé alcanza objetos y puede agarrarlos.

- El bebé deja de sacar la lengua cuando le toquen sus labios.

- Si usa fórmula, el bebé toma 32 onzas por día.

Cuando un bebé empiece a exhibir estas señales, usualmente de los 5 a los 6 meses, hable con los padres sobre la posibilidad de comenzarlo con comida sólida.

La introducción de comida sólida es una acción complementaria que requiere comunicación constante entre usted, los padres, y el pediatra. Asegúrese de usar el mismo método, y manténganse informados de todos los problemas y todo el progreso a diario.

Ofrézcale al bebé una cucharada de comida una vez por día, y gradualmente aumente la cantidad a media taza o un jarro por día. Sirva la comida en un plato hondo o un plato, y bote toda la comida que deja. Si usa jarros de comida, ponga la porción no usada en el refrigerador, y úsela dentro de 48 horas.

Usualmente, el cereal es la primera comida sólida del bebé. Use un cereal fortificado con hierro, como cereal de arroz, cebada, o avena. Debe darles a los bebés solamente una comida nueva durante un periodo de 5-7 días antes de introducirles otra comida. No solamente le da al bebé suficiente tiempo para ajustarse a la nueva comida, sino también le deja a usted saber cual comida, si hay, que le causa una reacción alérgica. El cereal de arroz es la mejor comida sólida para comenzar, siendo que los bebés tienen menos posibilidad de ser alérgicos al arroz que al trigo.

**Las señales de una reacción alérgica a una comida nueva:**

- irritabilidad sin razón obvia
- gas
- un cambio en las evacuaciones intestinales
- erupciones de la piel
- estornudar, toser, o tener mucosa la nariz

A los 6-7 meses, el bebé puede comenzar a comer puré de verduras y frutas, como bananos o manzanas, melocotones, peras, zanahorias, calabaza, guisantes, o ejotes cocidos. No añada azúcar, miel, sal, o especias.

De seis meses, los músculos del bebé son suficientemente fuertes que ya puede sentarse un poco. Se puede alimentar en una silla de comer para niños, mesita de comer, o un asiento "sassy" que está conectada seguramente a la mesa. Este es un buen tiempo para comenzar a alimentar al bebé cuando los otros niños coman. La hora de comer puede ser una buena experiencia social para los bebés, ayudándoles a estar más conscientes de otros. Mantenga las comidas de biberón como un tiempo quieto especial entre usted y el bebé por varios meses o por el tiempo que le parezca que el bebé lo necesite.

Al comenzar a agarrar la comida, usualmente de 7 a 8 meses de edad, le encantará tratar de alimentarse. Comer con la mano es una buena manera de estimular este impulso natural. Comience a ofrecerle pedacitos de comidas suaves que puede agarrar fácilmente: cubitos de queso duro, pedazos de pan tostado, galletas o tortillas, pedacitos de cereal frío que no tiene azúcar, fruta fresca sin cáscara y semillas (por ejemplo: pera, banano, mango, o manzana--pero no naranja), o verduras cortadas en tiras. Pregúnteles a los padres qué come el bebé con la mano en casa y déle las mismas. Vea la tabla en la próxima página para un calendario de las edades para introducirle al bebé varios tipos de comida.

A los 8 meses, se pueden añadir el requesón y yogurt; algunas personas comienzan a alimentar a los bebés de esta edad con la carne magra, pescado, y aves, también. Estas comidas, también, se deben introducir una a la vez.

Entre 7 y 9 meses, los bebés pueden comenzar a comer comidas corrientes que están picadas o molidas. Un molino de comida para bebés puede ser útil. El cambio a estas comidas debe ser gradual, y nuevamente, no añada sal o especias. Cuando le estén saliendo los dientes al bebé (esto se llama dentición), ofrézcale bizcochos, pan estilo "bagel", o pan de nudo duro y grande sin sal. No lo deje solo con estas comidas porque podría atragantarse.

La auto-alimentación es buena para el desarrollo del bebé: él practica la coordinación ojo-mano y el agarrar; le estimula a ser curioso y a explorar su mundo; y aprende a ser independiente. Al principio, no va a poder alimentarse con la cantidad de comida que necesita. Sin embargo, aunque usted pueda darle de comer más rápidamente y ordenadamente, el bebé necesita hacérselo. Planifique dejarle al bebé que haga una parte de la alimentación y que usted la termine cuando él se canse o necesite ayuda.

Por supuesto, el bebé puede hacer un desorden cuando se alimenta. Ponga papel periódico o plástico (una cortina vieja de la ducha servirá) en el piso debajo de la silla del bebé. Ponga al bebé donde no va a poder tirar comida sobre algo caro. Trate de aguantar el desorden: no dura por mucho tiempo, y aprende bastante al alimentarse.

BEST COPY AVAILABLE

## HORARIO PARA INTRODUCIR LA COMIDA SÓLIDA

### LOS CEREALES (6 meses)

El cereal infantil encajado está bien fortificado con hierro. Los jarros son más caros. Comience con el cereal infantil de arroz. Cuando se vacía una caja, entonces puede probar el de cebada, después avena, y trigo, y por fin, el cereal mezclado. Mezcle el cereal con fórmula, leche de pecho, o agua, y sírvalo con cuchara. No lo use en el biberón.

Recuerde usar cereales sencillos. Las combinaciones de fruta con cereal no tienen el mismo valor nutritivo. No añada sal, azúcar, mantequilla, o margarina al cereal.

### LAS VERDURAS (6 1/2 meses)

Comience con verduras de sabor suave, como las zanahorias o calabaza. Síguelas con verduras verdes, remolacha, y otras.

No añada sal, condimentos, mantequilla, o margarina a las verduras.

### LAS FRUTAS Y LOS JUGOS (7 meses)

Comience con frutas de sabor suave como puré de manzana o bananos maduros. Siga a éstas con melocotones, albaricoques, ciruelas, y peras (sin las pepas y semillas). Comience a ofrecer jugo desde una taza. Si usa jarros de jugo para bebés, no le añada agua al jugo. Si usa jugo corriente, mézclelo con una parte igual de agua. Use solo jugo puro y no refrescos y ponches.

No use postres de fruta u otras frutas que tienen azúcar añadida. Estos no tienen el mismo valor nutritivo que la fruta sencilla. No use bebidas de fruta, té, gaseosas, o Kool-Aid.

### LAS CARNES (8 meses)

La carne colada - Comience con un sabor suave como el pollo. Siga con pavo, cordero, ternera, carne de cerdo, carne de res, e hígado.

La yema del huevo - Hiérvala dura y májela con un tenedor. Espere hasta que el niño tenga un año de edad antes de ofrecerle el huevo entero, siendo que alergias al blanco del huevo son comunes. Nunca sirva huevos crudos debido al riesgo del envenenamiento de comida causada por la bacteria de la Salmonella.

Ofrézcale carne o yema al comienzo de la comida cuando el bebé tenga hambre. Lea los rótulos. Las comidas de combinaciones de carnes y verduras no sirven como una carne porque contienen principalmente almidón y no contienen suficiente proteína para satisfacer los requisitos nutricionales de proteína.

No sirva tocino y salchicha, porque tienen demasiada sal, grasa, y preservativos.

## La Comida de La Mesa

A los 12 meses, los bebés pueden comer las mismas comidas que usted y los otros niños comen. La comida del bebé se debe cortar en pedacitos para que pueda alimentarse solo. Un bebé debe recibir leche de pecho hasta que tenga un año. Después, requiere leche entera hasta que tenga dos años. Recuerde introducir leche entera en la misma manera que hemos usado para otras comidas nuevas.

¿Qué deben comer los niños? Una buena variedad de frutas y verduras, leche, queso duro, yogurt, y granos integrales (avena, arroz integral, pan integral) les dará a los niños las vitaminas, minerales, proteína, y carbohidratos que necesitan.

BEST COPY AVAILABLE

Los padres pueden tener opiniones fuertes sobre que clase de proteína sus niños deben comer. Fuentes comunes de proteína y hierro son carne, pollo, y pescado. Algunos padres quieren que sus niños sean vegetarianos. Esto no debe ser un problema, siendo que muchas otras comidas son ricas en proteína y hierro. Los huevos y legumbres cocidas son buenas fuentes de proteína y hierro; aunque leche y yogurt no contienen mucho hierro, son buenas fuentes de proteína. Estas comidas tienen un buen sabor y no son caras.

Sería dificilísimo proveer suficiente calidad y cantidad de proteínas y una cantidad adecuada de calorías para apoyar el crecimiento apropiado para el niñito sin huevos o productos de lechería en la dieta. Por lo tanto, las dietas vegetarianas puras que omiten todos los productos animales, como leche y huevos, no son recomendados para los niños pequeños.

De vez en cuando, un niño tiene un interés particular cuando solamente quiere comer ciertas comidas por varios días. Siempre que se le ofrezca comidas sanas, su dieta se balanceará durante la semana. Los niños tendrán más hambre los días cuando hayan estado más activos y menos hambre en días más tranquilos o cuando no se sienten bien. El tiempo, también, afecta los apetitos. Déjeles a los niños que coman la cantidad que quieren.

El crecimiento del bebé es más rápido durante el primer año. A los 13 meses, crece más despacio. Por esto, no se extrañe o se preocupe si el apetito del niño se retarda.

Las comidas deben ser tiempos agradables y relajantes. No transforme las comidas en luchas por el poder.

- No use comida ni postre como sobornos o premios.
- No castigue al niño por negar comida.
- Ofrézcales a los niños una variedad de comida.
- No les haga comer a la fuerza lo que no quieran.

**Comidas que evitar:**

- comidas con demasiada azúcar:

  torta, dulces, pan dulce, muchos cereales fríos, refrescos y ponches, gaseosas, palitos. Lea las viñetas; si el primer o segundo ingrediente es azúcar, debe darles la comida en cantidades limitadas o evitarla completamente

- comidas con demasiada sal:

  papas fritas, pan de nudo, nachos de maíz, verduras enlatadas, sopas enlatadas, salchichas, jamón, tocino, carnes frías

- comidas que puede causar que los bebés y niñitos se atraganten:

  palomitas, uvas, dulces duros, nueces, pasitas, apio, zanahoria cruda, frutas con cáscara, salchichas, pedazotes de carne, rollos de pan, cubitos de hielo, mantequilla de maní, y semillas como las de girasol, y calabaza

***AVISO*: Muchos bebés y niños se han atragantado y muerto comiendo salchichas vienesas y perros calientes. Si las usa, córtelas en tiras delgadas. Un estudio por La Escuela Johns Hopkins De La Salud Pública mostró que las cuatro comidas culpables de causar más de 40 por ciento de las muertes por atragantarse en la niñez son las salchichas, los dulces duros, las nueces, y las uvas.**

**Cosas que recordar sobre la alimentación de los bebés:**

Déles una variedad de frutas, verduras, productos lácteos, y granos. Las carnes magras, pollo, y pescado también son buenos.

Ofrézcales a los niños agua todos los días. El agua lleva los nutritivos a las diferentes partes del cuerpo y también saca los desechos.

Comuníquese con los padres sobre reacciones alérgicas que un bebé tenga a las comidas.

Recuerde que los niñitos son más sensibles a la leche de vaca, huevos, trigo, carne de res, fresas, y frutas cítricas.

No alimente a la fuerza a un bebé o niño que se niega a una comida nueva. Ofrézcasela otra vez en algunos días cuando el niño tenga hambre pero esté contento.

No dé demasiado de comer. Cada niño tiene un apetito distinto, y el apetito de cada niño varía de día a día.

Llame a La Fundación De Niños, o pregúntele a un representante de la oficina gubernamental que regula los cuidados de niños en su área, su servicio de recursos y referencia para el cuidado de niños, o su asociación del cuidado de niños en el hogar sobre el Programa De Alimentación Para El Cuidado De Niños y Adultos del gobierno. Por medio de este programa, las proveedoras pueden recibir reembolso del costo de la comida que les compran y sirven a los niños bajo su cuidado.

# Capítulo Seis
# Salud, Seguridad, y Primeros Auxilios

Como proveedora, una de sus responsabilidades más básicas es vigilar la salud y seguridad de los niños en su hogar.

**En este capítulo, leerá sobre:**

- como prevenir enfermedades infecciosas en los hogares del cuidado infantil;
- como prevenir accidentes y fomentar la seguridad;
- como proveer primeros auxilios; y
- como manejar situaciones de emergencia.

## Niños Sanos De Cuidado Infantil

Lo más básico que puede hacer para mantener sana su propia persona y a los niños en su cuidado es mantener una casa limpia con aire fresco. ¡Abra su ventanas en días bonitos y deje entrar aire fresco! Déles a los niños comidas nutritivas balanceadas, suficiente ejercicio y bastante descanso.

**Cosas que recordar para prevenir que los bebés propaguen microbios:**

Mantenga los biberones de cada bebé separadas. Marque las botellas con sus nombres para evitar confusión.

Cuando alimente con cuchara a más de un bebé durante una comida, use cucharas diferentes para cada bebé. Puede que tome más tiempo, pero reduce el intercambio de microbios.

Lave los juguetes que los bebés se llevan a la boca. Remójelos en una olla de agua caliente con cloro durante la siesta y al fin del día.

**Recomendamos que prepare una solución desinfectante cada día mezclando una cucharada de cloro con un cuarto de galón de agua.**

### Lavar las Manos

Lavar las manos es una manera simple pero importante para evitar el crecimiento y la propagación de microbios. Las enfermedades infecciosas se propagan con frecuencia por personas que no parecen ni se sienten enfermas. Aun cuando no veamos microbios, están alrededor en los fluidos comunes del cuerpo: los ojos, la nariz y boca, estornudos y toses y en las manos que han tocado lugares donde hay bastantes microbios (pañales, pañuelos sucios, y basureros).

Los microbios prosperan en lugares calientes y húmedos. Para prevenir la propagación de microbios, mantenga sus alrededores limpios y secos, y lave sus manos y las manos de los niños con frecuencia, especialmente en los tiempos siguientes:

- antes de preparar o comer alimentos, o tocar carne cruda
- antes y después de cambiar pañales
- después de limpiarles la nariz
- después de usar el tocador o baño.

Lave las manos frotandolas vigorosamente con jabón. Lave el respaldo, palmas y bajo las uñas. Enjuague bien y, si es posible, seque las manos con una toalla de papel que pueda botar en un basurero con tapa. Use un dispensador de jabón líquido porque los microbios se pueden propagar en una barra de jabón.

### Cambiar Los Pañales

Cambiar los pañales es una oportunidad para compartir tiempo cercano con el bebé. Ocupe a todos los bebés en el proceso, no importando sus edades. Háblele al bebé: dígale lo que hace, enséñele el pañal limpio, sonría, y haga contacto visual. Cambiar los pañales debe ser algo que ustedes hacen juntos, no algo que usted le hace al bebé.

Si cambia los pañales en una mesita, mantenga por lo menos una mano sobre el bebé en todo momento. No dependa de correas o barandas.
El lugar donde cambia pañales se debe usar solamente para cambiar pañales y debe cambiar todos los pañales en este lugar. Necesita cubrir este lugar con un material liso y resistente al agua. Es necesario que lo limpie con la solución desinfectante después de cada uso. (Papel protector en realidad no protege, porque es poroso y permite pasar líquidos e infecciones de un bebé a otro.)

Lávele las nalgas del bebé con un trapo mojado limpio cada vez que lo cambie. Lave entre los pliegues de su piel, también. Limpie a las hembras del frente hacia atrás para prevenir infección.

**Si usa toallitas desechables, busque reacciones alérgicas: algunos bebés tienen piel demasiado sensible al alcohol u otros químicos que pueden estar en las toallitas. Bote las toallitas en un basurero cubriéndolo inmediatamente después de cada uso. No use una toallita más de una vez, o en más de un niño.**

Algunos padres piden que use polvo infantil. Pregúnteles lo que ellos o su pediatra quieran que use. Si un bebé tiene una erupción debido a los elementos químicos en el polvo, puede probar maicena, vaselina (petroleum jelly), o un ungüento de óxido de zinc (zinc oxide). Nuevamente, solamente use polvo infantil, petróleo, o ungüento que los padres han pedido por escrito.

Ponga los pañales sucios en un balde forrado con plástico y que tiene una tapa bien apretada. Bote los pañales diariamente.

Si un padre prefiere pañales de tela para su bebé, sugiera que traiga su propio balde para los pañales con una tapa apretada, y que se lleven el balde con ellos cada noche. Los baldes deben ser del tipo que se pueden abrir con el pie para que no los tenga que tocar con las manos mientras cambia pañales. Asegúrese de que los pañales sucios estén en un lugar donde ningún niño los puede alcanzar.

**Manejando Enfermedad**

El cuerpo del niño más grande tiene un sistema inmune que ayuda a inhibir la enfermedad, pero los bebés no tienen un sistema inmune bien desarrollado. Esto significa que los bebés tiene mucho más riesgo de enfermarse.

Muchas enfermedades se previenen al darles a los niños inyecciones de inmunización. Pídales a los padres una copia del registro de inmunización de cada niño. **Tiene el derecho de negar que un niño entre a su programa si no ha sido propiamente inmunizado.** Sea consciente de los requisitos de su estado sobre las inmunizaciones para los niños en su cuidado. Muchos estados requieren inmunizaciones antes de que un niño comience en su programa y también esperan que la proveedora asegure que los padres mantengan las inmunizaciones y el registro al día.

**Actualice sus propios registros de inmunización.** Usted y su familia deben tener registros actualizados.

**Mande a los niños enfermos a sus casas.** Puede ser difícil decirles a los padres, quienes dependen que usted les cuide a su niño para poder trabajar, que no puede cuidar a su niño enfermo. Pero si el niño tiene fiebre o usted piensa que puede ser contagioso, es su responsabilidad mandarlo a su casa para asegurar la salud de los otros niños. Tiene que proteger a los otros niños y especialmente a los otros bebés de enfermedades.

Verifique que los niños no están enfermos o con fiebre cada mañana. Si los niños están demasiado enfermos para participar en su programa, no los admita.

Si un niño se enferma durante el día, llame al padre o madre. Mientras espera a los padres, mantenga al enfermo separado de los otros niños. Verifique su temperatura y síntomas con frecuencia y avíseles a los padre lo que ha notado.

Dígales a los otros niños que su compañero no se siente bien y que regresa a su casa pronto. De otra manera, los niños se pueden confundir, preguntando si el niño está castigado o porqué lo han separado.

**Tenga reglas por escrito sobre niños enfermos y asegúrese de que los padres las firmen.** Pídales por adelantado tener un plan para cuidado alterno cuando su niño se enferme.

Los bebés no pueden avisarle cuando no se sienten bien. Busque estas señales que pueden indicar enfermedad:

- comer menos de lo usual
- un cambio en evacuación intestinal
- vomitar
- dormir más de lo normal
- erupciones de la piel
- toser, estornudar, una nariz mucosa, lágrimas en los ojos
- un cambio en la temperatura de la piel

Un bebé puede tener una o más de estas señales sin estar enfermo. La comida nueva, por ejemplo, puede causar un cambio de evacuación intestinal. Si nota cualquiera de estas señales, escríbalos en su registro diario y avíseles a los padres.

Si usted fuma u otro miembro de su casa fuma, es más probable que usted y los niños en su cuidado tendrán más enfermedades infecciosas, como resfríos y bronquitis. No se debe permitir que alguien fume en el mismo cuarto donde están los niños. También, nadie debe fumar en la cocina alrededor de la comida o al prepararla.

**Las Señales de Alerta para el Desarrollo**

A veces, los niños nacen con condiciones físicas y/o mentales que pueden causar demora en el crecimiento y desarrollo normal de los bebés. Estas condiciones pueden ser el resultado de un defecto genético, de daño causado por una infección (tal como sarampión alemán) temprana en el embarazo, de los efectos de algunas drogas o de daño del cerebro. Algunas dificultades anormales se desarrollan después del nacimiento. Pueden resultar de heridas causadas por accidentes.

Si se pueden identificar los problemas en las etapas más tempranas del desarrollo del niño, algunas condiciones se pueden cambiar o corregir. Si se falla al tratar con dificultades tempranas puede resultar en problemas de por vida.

Tome algún tiempo para leer el Capítulo Tres para conocer y entender las etapas normales del crecimiento y desarrollo del bebé. Por ahora, familiarízese con esta lista de Las Señales Tempranas de Alerta. Esta lista puede ayudarle a identificar los bebés que tengan necesidades especiales. Si nota alguna de estas señales de alerta, hable con los padres. Anímeles a que lleven al bebé al pediatra.

## *Las Señales Tempranas de Alerta*

### La Visión

- frotarse bastante los ojos
- tener ojos rojos o llorosos
- tener ojos bizcos
- tener problemas para encontrar objetos pequeños

### El Oído

- expulsar líquidos por los oídos
- no volverse hacia la dirección de un sonido a la edad de 6 meses
- siempre volver el mismo oído en la dirección de un sonido

### El Lenguaje

- no decir "Mamá" ni "Papá" a la edad de un año
- no usar los nombres de personas bien conocidas a la edad de 2 años

### Física

- no poder sentarse sin ayuda a 1 año
- no poder caminar sin ayuda a 2 años

### El Pensamiento

- no responder a su propio nombre a 1 año
- no poder apuntar a los ojos, orejas, o boca cuando se le pide a la edad de 2 años

## NIÑOS SEGUROS EN SU CUIDADO

Puede prevenir muchos accidentes al verificar la seguridad de su hogar. Póngase en su manos y rodillas para mirar su casa al nivel de un bebé.

Mantenga estos artículos fuera del alcance de los niños:

- cualquier cosa que se pueda romper
- cualquier cosa con filo
- cigarrillos, fósforos, encendedores, ceniceros
- cosméticos
- enchufes eléctricos (cúbralos con cubiertas plásticas de seguridad)
- plantas

También, busque los tóxicos en la lista siguiente. Todos son comunes en la casa, y muchos pueden matar a un niño. Mantenga los tóxicos fuera del alcance y fuera de la vista. Cierre con cerradores de protección infantil los gabinetes que contengan cualquier substancia tóxica. Quite de su hogar cualquier artículo como pintura que se está descascarando (los pedacitos de pintura vieja pueden ser venenosos), yeso o mortero suelto de paredes, y plantas venenosas.

¿Qué clase de pintura se usa en su casa? Muchas pinturas contienen plomo, el cual puede matar. Averigüe si hay plomo en la pintura de sus paredes, madera, o muebles. No deje que los niños mastiquen la pintura pelada, yeso flojo, o muebles. Lea los rótulos en los juguetes para averiguar si hay plomo y tenga cuidado con el plomo en figurillas de cerámica.

Mantenga a los niños seguros poniendo objetos pequeños fuera de su alcance. Los bebés pueden atragantarse con monedas, botones, imperdibles para pañales, o juguetes pequeños. Los juguetes para los bebés deben ser suficientemente grandes para que no los puedan tragar y duros para que no se rompan.

## PROTEGER SU CASA CONTRA TÓXICOS

### La Cocina

aspirina
limpiadores para desagües
lejía
limpiadores para horno
cera para muebles
jabón para lavaplatos
amoníaco
todos los detergentes
limpiadores para metales
cloro
limpiadores para alfombra
píldoras
vitaminas
licores

### El Baño

aspirina
limpiadores para desagües
lejía
todos los productos farmacéuticos
píldoras de hierro
todos los productos para pelo
loción para mano
productos para las uñas
lociones bronceadores
desodorantes
lociones para afeitarse
limpiadores para el tocado
depiladores
aceites para la tina
alcohol para la piel
ácido bórico
desodorante ambiental

### El Dormitorio

drogas para dormirse
cosméticos
tranquilizantes
perfumes otras drogas
loción para después de afeitarse
limpiador de joyería
colonia

### El Garage, El Sótano

lejía
líquido para encendedores
anti-freeze
keroseno
trementina
pintura
pesticidas
sacador de pintura y thinner
gasolina
fertilizantes

### General

pintura que se está descascarando
juguetes repintados
yeso o mortero suelto de pared
plantas
cigarrillos

### Gabinetes, Bodegas

veneno para ratas
veneno para hormigas
insecticidas
bolas de naftaleno (moth balls)

Estos artículos se pueden encontrar en más de un área de la casa.

Nunca deje a un bebé solo en un sofá o una mesita de cambiar pañales. Solamente se necesita un momentito para que un bebé se mueva y caiga al piso. Las correas no siempre funcionan: los bebés grandes pueden jalar la mesa entera con ellos cuando se caen. Siempre mantenga por lo menos una mano encima del bebé. Los bebés crecen más rápidamente que lo que piensa--aunque el bebé no pudo darse la vuelta ayer no significa que hoy no lo pueda hacer.

Asegúrese que los lados de la cuna son resistentes y permanentes. Las tablillas de la cuna deben estar separadas por una distancia máxima de 2 y 3/8 pulgadas. Verifique la firmeza del colchón y colchoncillo para asegurarse que el bebé no pueda sofocarse. Cuando los bebés pueden darse la vuelta pero no pueden empujar objetos, tenga cuidado con cubrecamas, almohadas, y ropa en la cuna o corral. Estos pueden cubrir la cara del bebé, y es posible que no pueda quitárselos.

Muerte Repentina en Infantes (Sudden Infant Death Syndrome-SIDS), o muerte en la cuna, mata a 10,000 bebés menores de un año de edad cada año. Nadie sabe la causa de SIDS, y no hay nada que se puede hacer para prevenirlo. Hay una recomendación corriente que aconseja que los bebés deben dormir de lado en vez de sobre estómago. Puede llamar a su Departamento de Salud Pública local para más información. Si un bebé bajo su cuidado se muere de SIDS, trate de no culparse. Usted no tiene la culpa. Encuentre una manera de tratar con sus sentimientos; llame a su asociación de cuidado de niños local y hable con otras proveedoras que pueden escucharla y darle apoyo.

Los chiquitos tienden más a tener accidentes. Enséñeles el significado de palabras tales como "caliente", "agudo", y "no para comer". De nuevo, haga un chequeo de seguridad en su hogar y mantenga cosas peligrosas fuera de su alcance. Déles bastante espacio para juego seguro para que no sea necesario decirles siempre que "no".

La intoxicación de comidas es otro peligro para los bebés. Organismos y pequeños microbios se pueden encontrar en comidas preparadas para los bebés. Para prevenir esta intoxicación, no compre ninguna comida en envase con fechas vencidas, sellos quebrados o que están encorvados o que escurran.

Alimente al niño de un plato y no de un jarro. Bote comida no usada del plato. Limpie el área de comer de cualquier comida que se haya caído o derramado para prevenir que los microbios se formen.

Las plantas también pueden ser peligrosas para los niños. Usualmente están dentro del alcance del bebé que se puede mover. Las hojas son vívidas y pueden atraer la atención del niño. Mantenga todas las plantas fuera del alcance de los niños.

## Primeros Auxilios De Emergencia

Aun con el máximo cuidado, los accidentes pueden ocurrir. Debe conocer muy bien los procedimientos de emergencia para que pueda actuar rápidamente. En una emergencia, lo más importante que puede hacer es mantenerse calmada y responder correctamente a la situación. Consuele al niño y déjelo saber que todo estará bien. Averigüe lo que ha ocurrido, cuál es la condición del niño herido, qué clase de ayuda necesita inmediatamente y a quién necesita contactar para ayuda. Muchos estados requieren que las proveedoras de cuidado tomen un curso de Primeros Auxilios y/o resurrección cardiopulmonaria (RCP) infantil. Verifique los requisitos en su estado. Aun si no se requiere, estar completamente preparada para una situación de emergencia les hará, a usted y los padres, sentirse más seguros. Llame a su oficina local de La Cruz Roja o asociación de cuidado en el hogar para averiguar donde y cuando hay un curso de RCP infantil al que pueda asistir.

Muchas veces, tomar una decisión sobre la severidad de una herida es difícil. Cuando tenga dudas, llame para asistencia médica. He aquí algunas guías que pueden ayudar:

**Llame para ayuda cuando la víctima está:**

- en peligro de perder la vida
- sufriendo de una herida grave en la cabeza, cuello, o espalda

- inconsciente o en un estado de choque
- sufriendo de un hueso quebrado
- desangrando severamente
- respirando con dificultad
- enfermándose gravemente a tal punto que no es posible moverlo

Las proveedoras de cuidado deben hacer un plan para emergencias. Prepare una lista de todos los números de teléfono de emergencia que necesitará y déjela en un lugar plenamente visible. Ponga una lista al lado del teléfono en su área de trabajo y otra con las cosas que lleva cuando sale. La lista cerca del teléfono debe incluir su propio nombre, dirección, y número de teléfono en caso de que otra persona tenga que hacer la llamada de emergencia o que bajo la presión de la emergencia se le olvide esta información.

Visite el hospital más cercano y aprenda sus procedimientos de emergencia.

Planifique para que otro adulto esté disponible para ayudarles en una situación de crisis. Si tiene que llevar a un niño al cuarto de emergencia, otra persona tendrá que quedarse con los niños que quedan.

Las páginas siguientes describen varias situaciones de emergencia. Léalas con cuidado y piense como manejaría usted el problema. Practique estos procedimientos para que esté preparada para una emergencia.

**En caso de cualquier herida seria, déle al niño primeros auxilios y después, llame a los padres.**

## ALGUNAS SITUACIONES DE EMERGENCIA

### EL RESPIRAR

***¿Qué haría usted si....?***

Descubre a Lisa, de 10 meses, consciente en su cuna pero respirando con dificultad y con labios morados.

**Tome acción...**

Comience la respiración artificial. Debe continuar estos pasos hasta que llegue ayuda de emergencia o hasta que sea obvio que el niño comience a respirar sin ayuda.

Cada segundo es vital, por eso comience inmediatamente.

Paso Uno

Ponga a Lisa sobre su espalda, siendo que está consciente. Busque su respiración y pulso. Limpie su boca y garganta de vomito, comida, o líquido.

Paso Dos

Abra el pasaje de aire suavemente inclinando su cabeza hacia atrás. Esto puede causar que la víctima comience a respirar sin ayuda. Si no, siga con Paso Tres.

Paso Tres

Ponga su boca abierta encima de la nariz y boca del bebé, formando un sello hermético y dé cuatro soplos rápidos suaves de aire, una vez cada 3 segundos, si el niño no comienza a respirar. Quite su boca y busque señales de la respiración y pulso. (El pulso se puede verificar en el interior del brazo superior.)

Repita estos pasos hasta que el niño respire sin ayuda.

## EL ATRAGANTARSE

***¿Qué haría usted si...?***

Juanito, de 13 meses, estaba tratando de tragar un pedazote de pan y comenzó a atragantarse.

**Tome acción...**

Deje que Juanito se saque el pan por sí mismo si él puede respirar, toser, o hablar. Estimúlelo que continúe tosiendo.

Si la obstrucción todavía se queda, haga lo siguiente:

Paso Uno

Ponga al niño boca abajo sobre su antebrazo manteniendo la cabeza del niño más bajo que su pecho.

Paso Dos

Déle cuatro golpes rápidos con el talón de su otra mano entre las escápulas de los hombros del niño.

Paso Tres

Déle vuelta al bebé para que esté boca arriba y apóyelo con la cabeza hacia abajo. Ponga dos o tres dedos en la barriga del bebé y empuje cuatro veces contra el estómago entre el ombligo y las costillas.

Repita hasta que el objeto esté desalojado.

## EL DESANGRE GRAVE

***¿Qué haría usted si...?***

Ha llevado a los niños en su cuidado afuera para jugar, y Celina, de 2 años, se corta el pie en el borde afilado de un juguete. Le preocupa bastante a usted, porque no deja de sangrar.

**Tome acción...**

Controle el sangramiento tan pronto como sea posible. Use un pañuelo, una toalla u otro pedazo de tela limpia.

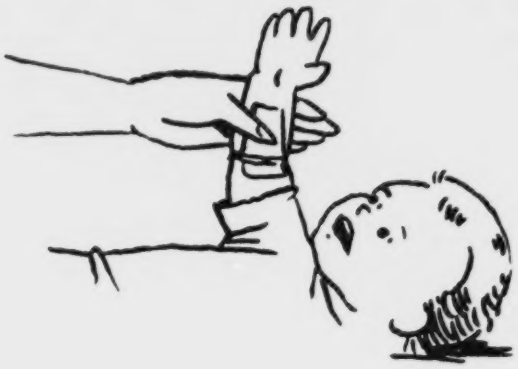
Paso Uno

Cubra la herida con la toalla y apriete firmemente con una o dos manos. Si la sangre empapa la toalla, añada otra sin quitar la primera.

Paso Dos

Levante la parte herida más arriba que el resto del cuerpo.

Mantenga el colchoncillo de tela en su lugar con firmeza con una venda o tiras de tela.

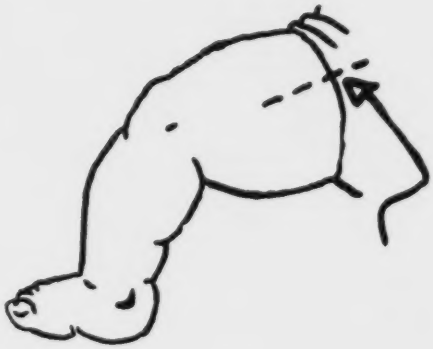


Paso Tres

Si una herida sangra bastante, aplique bastante presión a las arterias principales. Esto aprieta la vena de sangre contra el hueso y retarda el desangre. Mantenga el brazo o pierna elevado.

Brazo--Ponga su dedo grande en el exterior del brazo superior. Agarre el interior del brazo con la parte plana de sus dedos. Ponga presión, apretando la arteria que pulsa.

Ingle--Con el talón de su mano, apriete contra el hueso pélvico, cerca del pliegue en el muslo.



## EL ENVENENAMIENTO

***¿Qué haría usted si...?***

Descubre que las heces de María de 18 meses son morados en color y sospecha que ella haya tragado un veneno.

**Tome acción...**

Averigüé lo que ha sido tragado y en que cantidad.

Encuentre y guarde el envase para identificación e instrucciones. LEA EL ROTULO.

Evalúe la condición de la niña. Verifique la respiración y el pulso. Busque señales de vomito y/o diarrea.

Note cualquier cambio en el comportamiento de la niña tal como estar inactiva, super emocionada, inquieta, delirante, o con sueño. Busque, alrededor de la boca de la niña, señales de quemaduras químicas, y huela su aliento.

Llame al Centro de Control de Venenos, la sala de emergencia del hospital, o al médico. Esté preparada para contestar las preguntas siguientes:

- Quién es usted
- Dónde está la niña
- Edad y condición de la niña--señales y síntomas
- Qué y cuánto fue comido y cuándo
- Qué ha hecho para la niña

**PREGUNTE "¿HAY ALGO MÁS?". DÉJELOS COLGAR EL TELÉFONO PRIMERO.**

**Pídale al Centro de Control de Venenos que le manden una lista de cuales venenos puede usted diluir con agua o leche.**

## LAS QUEMADURAS

***¿Qué haría usted si...?***

Por accidente, usted se quemó la mano con una olla caliente mientras preparaba el almuerzo para los niños en su cuidado.

**Tome acción...**

Ponga su mano en agua fría hasta que deje de dolerle tanto. La piel puede estar algo descolorada y con un poco de inflamación.

No haga esto:

- No use ungüentos, emplastos, antisépticos, o mantequilla;
- No quite pedazos de tela que se pegan a o cerca del área quemada;
- No limpie el área de la quemadura con algo más que no sea agua;
- No rompa las ampollas.

**Quemaduras Químicas**

Ponga a la víctima bajo una ducha de bastante agua fría.

Quite la ropa inmediatamente después de que el químico se ha diluido.

Continúe el tratamiento del área quemada con agua por 5 minutos o más.

Cubra el área afectada con una tela limpia que no se pegue a la piel (por ejemplo, una sábana blanca limpia).

Lea el rótulo del contenedor del químico para más instrucciones.

## EL ESTADO DE TRAUMA

***¿Qué haría usted si...?***

Va manejando con los niños en su cuidado hacia el parque cuando le chocan su carro. Su niña de dos años, Bárbara, está sangrando severamente de la pierna, y parece estar asustada, intranquila, y tensa. Su piel se siente fría y viscosa. Su pulso es rápido y su respiración es corta.

**Tome acción...**

Ponga a la niña con su cara hacia arriba y manténgase alerta de que está respirando.

Levante las piernas de la niña más arriba que el resto de su cuerpo.

Trate de parar el sangramiento usando el método de presión directa.

Mantenga a la niña caliente, y cálmela.

***EL ESTADO DE TRAUMA NORMALMENTE OCURRE CON CUALQUIER HERIDA GRAVE***

## LAS HERIDAS DE LA CABEZA

***¿Qué haría usted si...?***

Sandra, de 24 meses, chocó contra un árbol cuando perdió control del triciclo. Está llorando y su cabeza está sangrando. La herida no parece grave.

**Tome acción...**

Calme a la niña y trate la herida.

Use presión directa para parar el sangramiento.

Aplique toallas frías para controlar la inflamación.

Se debe observar a la niña cuidadosamente por 24 a 48 horas para ver si hay algún comportamiento raro. Por eso, mantenga contacto frecuente con los padres durante este período.

**Llame al médico si la niña:**

- se pone somnolienta y difícil de despertar
- vomita con frecuencia
- se queja de dolores de cabeza
- tiene líquidos claros saliendo de la nariz o el oído
- no puede mover su brazo o pierna
- exhibe un cambio obvio en su comportamiento
- exhibe síntomas del estado de trauma
- no llora o demuestra señas de dolor
- tiene las pupilas dilatadas

## EL CHOQUE ELÉCTRICO

***¿Qué haría usted si...?***

Deja de ponerle atención a Sofía para contestar el teléfono. De repente, ve a Sofía gateando hacia el enchufe eléctrico. Ella mete una cuchara metálica en el enchufe. Sofía grita y parece que no puede moverse.

**Tome acción...**

Avísele a la persona en el teléfono que tiene una emergencia.

No toque a la víctima (Sofía) porque usted puede recibir el choque eléctrico también.

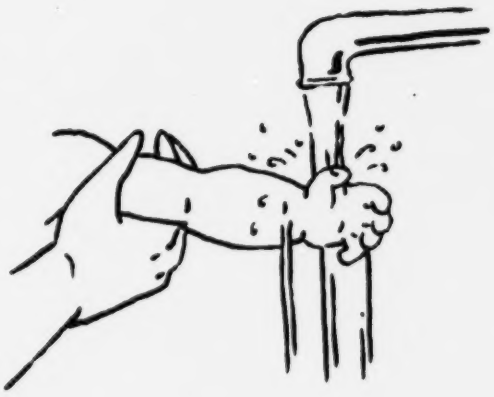
Busque un palo de madera con un mango largo (una escoba) para alejar a la el niña del enchufe, o puede apagar la electricidad.

Atiéndala como para el estado de trauma y llame al médico.

### LAS MORDIDAS HUMANAS

***¿Qué haría usted si...?***

Ve a Juanita mordiendo a Roberto en el hombro.



**Tome acción...**

Calme al niño herido.

Limpie la herida con agua corriente y después con jabón y agua.

Aplique una venda limpia.

Busque consejos médicos si los dientes han perforado la piel.

## OTRAS EMERGENCIAS: ALGUNAS COSAS BÁSICAS QUE RECORDAR

Planifique por adelantado para situaciones de emergencia. Usted y los niños en su cuidado necesitan saber que hacer, donde ir, y como reaccionar.

### EMERGENCIAS DE INCENDIO

Prepare un plan por adelantado:

- Recuerde que los chiquitos requieren atención especial durante situaciones de emergencia. Cuide solamente el número de niños que puede manejar durante tiempos de emergencia.
- Mantenga a todos los niños en el mismo piso de la casa.
- Esté consciente de todos los vecinos que están en casa durante sus horas de cuidado. Inclúyalos en su plan.

- Prepare por los menos dos planes de como puede escapar con todos los niños en su cuidado. Pídale al jefe de los bomberos que busque peligros en su casa y que repase su plan para incendio.

- Practique el plan para asegurarse que funciona. Note cualquier dificultad y corríjala inmediatamente.

- Fije su plan de escape en caso de incendio en un área prominente donde usted, los niños, y los padres pueden verlo.

- Asegúrese de que tenga un detector de humo que funciona en todos los niveles de su casa, pero especialmente en la cocina. Los detectores de humo y los extinguidores de fuego se deben probar mensualmente para asegurarse que funcionan. Las baterías en los detectores de humo se deben reemplazar anualmente. Recuerde: Un extinguidor de fuego sirve para ayudarle abrir una salida libre de fuego para sacar a los niños de la casa--no para apagar el fuego.

Si sospecha que hay un fuego:

- Manténgase calmada. No trate de extinguir el fuego. Su primera responsabilidad es la seguridad de los niños.

- Siga su plan de escape si no puede controlar el fuego. Saque a los niños de la casa inmediatamente. Siempre trate de moverse en la dirección opuesta del fuego.

- Vaya a la casa de un vecino y llame a los bomberos después de que todos estén fuera de la casa.

- NO entre a la casa de nuevo.

Si la ropa del niño se está quemando, use este método:

El calor sube; por eso ponga al niño en el piso y ruédelo. Sofoque el fuego con un saco o alfombra. Si estos no están a la mano, cubra al niño con su propio cuerpo. Cuando lo cubre completa e inmediatamente, las llamas se apagarán sin quemarla a usted.

## LAS TORMENTAS

Prepare un plan de seguridad para uso durante un tornado, terremoto, huracán, o una tormenta eléctrica.

- Identifique un área apropiada de refugio en su casa. Un resguardo en el sótano se recomienda. De otra manera, un closet o un cuarto pequeño sin ventanas servirá.

- Prepare una caja para emergencia con tales cosas como: linterna eléctrica y baterías adicionales, un radio portátil pequeño, y provisiones infantiles adicionales.

- Si vive en un área de alto riesgo para tornados, huracanes, o terremotos, póngase en contacto con sus bomberos locales o la oficina de administración de emergencias para instrucciones específicas.

- Pídales a su vecinos, la policía, o los bomberos que le avisen cuando sepan que viene una tormenta.

- No olvide abrir varias ventanas si hay un tornado.

**En este capítulo, ha aprendido como:**

- prevenir las enfermedades infecciosas en el hogar de cuidado;
- decidir cuando debe mandar a un niño enfermo a casa;
- reconocer problemas iniciales del crecimiento y desarrollo del niño;
- prevenir las accidentes;
- administrar primeros auxilios en situaciones que amenazan la vida; y
- tratar con desastres potenciales comunes de emergencia.

# Capítulo Siete
# Los Básicos Para Comenzar El Cuidado Infantil

Comenzar un hogar de cuidado para niños es un desafío que implica mucho trabajo y planificación cuidadosa. Tal como con cualquier otro negocio, un hogar de cuidado para niños les ofrece un servicio necesario a las familias. En muchas comunidades, hay una gran necesidad de proveedoras que quieran cuidar a los bebés. Cuidar a este grupo de edad puede ser emocionante y bien remunerado.

**En este capítulo, leerá sobre como organizar su negocio:**

- evaluar sus destrezas, habilidades, conocimiento y experiencia;
- ofrecer un servicio profesional de cuidado; y
- desarrollar su plan de trabajo para los bebés y sus padres

*A la señora Morales le gusta preparar comida. En varias ocasiones, ha preparado platos elegantes para las fiestas de un vecino quien le pagó para sus gastos. Les gustó a otras personas su comida, y le pidieron a la señora Morales que les preparará comida para sus fiestas. De pronto, tenía más trabajo del que podía manejar. Por fin, la señora Morales se dio cuenta que sus gastos eran más altos que sus entradas. Preparó un plan de negocio para poder tener una ganancia en vez de una pérdida.*

Como la señora Morales, es posible que usted ya haya comenzado un pequeño negocio en su casa sin darse cuenta. El cuidado de niños es una profesión de personas que cuidan niños en sus hogares. Estas proveedoras se consideran ser auto-empleadas, porque reciben pago por el servicio de cuidar a los niños.

Operar un negocio de cuidado para niños requiere planificación y organización. Ofrece un servicio que la comunidad necesita y que influye en las vidas de los niños y sus familias. Antes de comenzar, considere sus asuntos

personales, sus destrezas, las necesidades de los niños, asuntos de negocio, como fijar cuotas y el mantenimiento de archivos.

## Sus Asuntos Personales

Si usted es nueva en la profesión del cuidado para niños o su experiencia es trabajar con niños mayores de dos años, piense bien antes de incluir a los bebés en su negocio.

Use esta lista de auto-evaluación como una guía para identificar y verificar sus capacidades y debilidades. Si tiene inquietudes, considere hablar con otra proveedora sobre estos asuntos.

**Personal**

*sí no*

- ☐ ☐ ¿Está dispuesta a tomar un curso de entrenamiento sobre el cuidado de niños?
- ☐ ☐ ¿Le gusta trabajar con los niñitos?
- ☐ ☐ ¿Ha trabajado con niños antes?
- ☐ ☐ ¿Tiene maneras de disciplinar a los niños que no sean darles nalgadas?
- ☐ ☐ ¿Le gusta estar con los bebés (edades 0 a 2)?
- ☐ ☐ ¿Es usted una persona que se motiva a sí misma?
- ☐ ☐ ¿Se siente cómoda trabajando sola?
- ☐ ☐ ¿Le gusta quedarse en casa?
- ☐ ☐ ¿Le interesa estar auto-empleada?
- ☐ ☐ ¿Está dispuesta a hacer el papeleo de su negocio?
- ☐ ☐ ¿Le gusta trabajar con la gente?
- ☐ ☐ ¿Puede expresar su punto de vista?
- ☐ ☐ ¿Tiene bastante energía?

- ☐ ☐ ¿Tiene buena salud física y mental?
- ☐ ☐ ¿Están usted y su familia libres de cualquier acusación de negligencia o abuso de niños?
- ☐ ☐ ¿Le apoyará su familia en su negocio?
- ☐ ☐ ¿Se siente cómoda al tomar decisiones?

**La Salud y Seguridad**

*sí no*

- ☐ ☐ ¿Sabe los reglamentos del cuidado para niños en el hogar?
- ☐ ☐ ¿Está libre su casa de los azares de accidentes, incendio, y de riesgos para la salud?
- ☐ ☐ ¿Hay extinguidores de fuego y detectores de humo en todos los niveles de su casa?
- ☐ ☐ ¿Sabe los primeros auxilios y/o RCP infantil?
- ☐ ☐ ¿Está su casa libre de pintura con plomo?
- ☐ ☐ ¿Está limpia y arreglada su casa?
- ☐ ☐ ¿Tiene barandas de guardia en las escaleras y puertas en los pórticos?
- ☐ ☐ ¿Tiene un teléfono en su casa?
- ☐ ☐ ¿Hay controles adecuados en su casa para la calefacción, ventilación, e iluminación?
- ☐ ☐ ¿Sabe como planear una comida balanceada y nutritiva?

**Espacio Para El Cuidado De Niños**

*sí no*

- ☐ ☐ ¿Hay un área cercada afuera donde los niños puedan jugar?

- ☐ ☐ ¿Es suficientemente grande su hogar para el cuidado del número de niños que está planificando cuidar?
- ☐ ☐ ¿Hay suficiente espacio para jugar para ese número de niños?
- ☐ ☐ ¿Hay espacio para que los bebés y los niños puedan tomar su siesta?
- ☐ ☐ ¿Tiene muebles para los bebés y muebles tamaño niño?
- ☐ ☐ ¿Hay espacio individual para que duerman los bebés?
- ☐ ☐ ¿Hay espacio de almacenaje para mantener las pertenencias de los bebés?
- ☐ ☐ ¿Hay un campo de deportes cerca de su casa?
- ☐ ☐ ¿Tiene una variedad de juguetes y equipo que estimulen y apoyen las actividades apropiadas para cada etapa del desarrollo infantil?
- ☐ ☐ ¿Tiene juguetes y actividades que reflejen la diversidad de los niños en nuestra sociedad multicultural?

Ésta es una herramienta de auto-evaluación. Lea los otros capítulos en este libro para tratar con las preguntas que recibieron respuestas de "no".

## Sus Asuntos de Negocio

Las proveedoras con experiencia en el cuidado para niños han aprendido que el cuidado infantil se puede manejar como cualquier otro negocio. Como una profesional de un negocio pequeño, necesitará saber los requisitos legales para su negocio, como arreglar y organizar su negocio, y como encontrar a los bebés que necesitan cuidado.

**Recordar**

**El Servicio de Impuestos Nacionales (Internal Revenue Service - IRS) considera que el cuidado de niños en el hogar es un negocio pequeño.**

**Los Requisitos Para Operar**

La mayoría de estados tienen reglamentos que definen el número de niños que se pueden cuidar legalmente en un hogar de cuidado infantil. Verifique todos los reglamentos y requisitos con La Fundación de Niños o su agencia estatal local o la sucursal local de la agencia estatal.

Hay requisitos especiales para el número de los bebés (niños menores de dos años de edad) en los hogares de cuidado. *Por razones de seguridad, debe cuidar solamente el número de bebés que puede sacar de su hogar en una situación de emergencia.*

Los niñitos requieren mucho tiempo y atención. Tener que dividir su atención entre demasiados niños puede afectar la calidad del cuidado.

Las regulaciones estatales solamente definen las normas mínimas de la salud y seguridad y no aseguran la calidad. Un ambiente bueno de aprendizaje y amor resulta de una relación positiva entre la proveedora, los padres, y el niño.

Para más información sobre los requisitos de licencia o registro en su Estado, póngase en contacto con la agencia reguladora de cuidado infantil en el hogar, organización local de recursos y referencia para el cuidado de niños, o La Fundación de Niños. En algunos estados, no hay leyes que regulan el cuidado de niños en el hogar; las proveedoras de cuidado tienen la responsabilidad de fijar sus propias normas.

Cuando consiga la información para certificación o licencia:

**Pida:**

- los requisitos necesarios para cuidar a los bebés y niños en su hogar, incluyendo los que aplican a inmunizaciones.
- una copia de los reglamentos.

**Lea:**

- lo que se espera de usted, su hogar, y los niños que piensa cuidar.

**Verifique:**

- que su hogar cumple los requisitos de los reglamentos.

**Haga:**

- los reparos necesarios para cumplir con los reglamentos.
- llene la solicitud (o formulario de auto-evaluación) que le hará preguntas sobre su hogar (juguetes, espacio para siestas, etc.), sobre sí misma, su experiencia con niños, y su familia.
- mantenga copias de todo el papeleo que manda a la agencia reguladora.
- los arreglos para los siguientes (si se requieren):
- una cita para un examen físico, prueba de tuberculosis; e investigaciones criminales, de huellas digitales, y de abuso de niños (los que requieren su estado y/o condado).
- una lista de personas que pueden dar referencias de cuidado para niños.

**Arregle:**

- una visita con los agentes reguladores que pueden consultar sobre su plan e inspeccionarán su hogar para verificar las normas de seguridad y salud, y para asegurar que los requisitos mínimos de cuidado infantil se cumplen.

**Averigüe:**

- una fecha aproximada de cuando se expedirá su licencia o certificado.
- los lugares y fechas para entrenamiento de proveedoras de cuidado.

**Pida:**

- una lista de proveedoras y asociaciones de cuidado para niños, información y servicios de referencia, sistemas de cuidado infantil por sucursales.

Mientras espere su licencia o certificado:

**Arregle:**

- tomar cursos de RCP y Primeros Auxilios con la Cruz Roja (el entrenamiento debe incluir respiración artificial y el paro de sangramiento).

- tomar un curso de entrenamiento para proveedoras de cuidado infantil que una de las siguientes fuentes locales puede ofrecer:

    - colegios y universidades
    - agencias de servicios sociales
    - programas para educación de adultos
    - asociaciones locales de cuidado para niños
    - patrocinadores del Programa de Alimentación para Niños y Adultos (CACFP) por medio del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA)
    - servicios de información y referencia

**Fijar Sus Cuotas**

La mayoría de proveedoras tienen dificultad en decidir cuanto cobrar por sus servicios. Cargue una tasa justa por sus servicios, pero no menosprecie su valor.

Muchas proveedoras han perdido dinero, porque no cobran más por el cuidado de los bebés aunque tienen gastos adicionales al comprar el equipo para los bebés, juguetes para el desarrollo de cada nivel, y otras necesidades para los bebés.

En muchos casos, las proveedoras cuidan a los niños mayores para suplementar sus ingresos. Al considerar la decisión de cuanto cobrar, determine cuales serán sus gastos para cada niño; decida el número de horas que trabajará; y fije su tasa por horas en base al valor de sus esfuerzos y tiempo.

Fije su cuota para incluir los gastos siguientes: materiales, equipo, proveedoras suplentes, seguro, gastos para comenzar, y sueldo. Su cuota también debe reflejar el lugar y nivel de los padres a quienes sirve.

**Use esta hoja de trabajo como su guía.**

**Hoja de Trabajo para Tasas del Cuidado de Niños en el Hogar**

Nombre del Niño _____

Horas Diarias _____

Tasa por Hora _____

Tasa Diaria _____

A la Tasa Diaria, añada:

Precio por Comida _____

Materiales/Útiles Escolares _____

TOTAL $ _____

Cargo Diario _____

Tasas por Horas para:

Los Bebés $_____

Los Niñitos $_____

Los Preescolares $_____

Los que Requieren Cuidado Especial $ _____

Los Escolares $ _____

Comidas $ _____

Al decidir cuanto necesita ganar para pagar los gastos del negocio, debe consultar con otras proveedoras de cuidado en su área para averiguar cuanto cobran a los padres.

**El Reclutamiento de los Bebés**

El buen cuidado de los bebés está en demanda en todas las partes del país. Para manejar un negocio exitoso, hay que situar a los padres que necesitan su servicios. He aquí algunas sugerencias sobre como anunciar su negocio en la comunidad:

- hable con los vecinos sobre su servicio de cuidar a los bebés y déjeles copias de un volante para pasarlas a otros;

- póngase en contacto con centros locales de cuidado para los bebés, los hospitales (clínicas para los recién nacidos, salas de maternidad), oficinas de pediatras, escuelas y PTAs, las iglesias, los grupos de la

comunidad tales como Padres Sin Compañeros (Parents Without Partners), las clases de parto, y negocios locales ;

- anunciese por medio de los periódicos locales, boletines, y tablillas para boletines en los supermercados y otras tiendas. El anuncio podría leer:

> ***Cuidado profesional de los bebés en el hogar.***
>
> ***Cariñoso cuidado para su bebé***
> ***por una proveedora entrenada adecuadamente.***
>
> ***Situado en el área del colegio Burke***
>
> ***Por favor, llame al 111-0000***

- póngase en contacto con la asociación local del cuidado para niños;
- regístrese con una agencia de información y referencia del cuidado para niños;
- contrate con el Departamento de Servicios Sociales en su área para cuidar a los bebés que necesitan cuidado subsidiado mientras sus padres trabajan o asisten a clases de capacitación;
- consulte la sección de los clasificados en su periódico local.

**El Mantenimiento del Papeleo y los Archivos**

El éxito de su negocio depende de su buen manejo. Muchas veces, las proveedoras no le dan suficiente atención a los aspectos del manejo de su negocio. Mantenga archivos detallados de la cantidad de dinero que recibe por sus servicios y la cantidad de dinero que gasta para su negocio.

Un buen sistema del mantenimiento de archivos le ayuda a mantenerse al día con las operaciones de su negocio. Una de las maneras más simples de mantener archivos detallados es usar un libro de contabilidad. Este le ayuda registrar todos los ingresos y gastos.

Mantener al día sus archivos le ahorrará tiempo y dinero y le dará tranquilidad.

**Consejos para Mantener Archivos**

- arregle un sistema simple que llene sus necesidades;
- entienda todas las partes de su sistema;
- registre cantidades correctas;
- mantenga todos los recibos con los detalles listados en sus archivos;
- escoja un tiempo tranquilo para trabajar;
- mantenga los archivos diaria o semanalmente; y
- obtenga consejos de un contador.

**Los Impuestos Sobre la Renta**

Mantener archivos buenos no solamente le ahorra tiempo, sino también le permite descontar todos los gastos y las deducciones permitidas cuando presenta su declaración de impuestos.

El cuidado de niños en el hogar se considera una profesión de negocio pequeño por el Servicio de Impuestos (Internal Revenue Service). Se deben presentar los formularios siguientes cada año:

Formulario (Form) 1040 - General
4562 - Depreciación
Formulario Suplementario (Schedule) C - para negocios pequeños
ES - Los Impuestos Estimados (Estimated Taxes)*
SE - Seguro Social de Auto-Empleo(Social Security Self-Employment Tax)
W-10 - Certificación de Proveedores de Cuidado Dependiente (Dependent Care Providers Certification)
8829 - El Uso de su Casa como un Negocio (Business Use of Your Home)
EIC - Crédito Ganado (Earned Income Tax Credit)*

*A veces, no es necesariamente requerido

Consulte con su servicio local de recursos y referencia de cuidado para niños, asociación de cuidado infantil, o La Fundación de Niños para más información sobre como presentar su declaración de impuestos para su negocio del cuidado para niños. En algunos estados, es posible que también tenga que declarar su ingresos y pagar los impuestos estatales y/o locales.

**Mantenga todo el papeleo, los archivos, y recibos en un archivo barato de metal, archivados por mes para acceso fácil, y guárdelo en un lugar cómodo.**

*Tipos de Archivos para El Cuidado de Niños*

Necesitará mantener tres tipos de archivos:

| | |
|---|---|
| **Los del negocio:** | ingresos y gastos<br>recibos para gastos<br>el formulario para el contrato entre usted y los padres |
| **Los de los Bebés:** | registro de asistencia<br>formularios para informar sobre accidentes<br>autorizaciones para emergencias y servicios médicos<br>firmado por un notario público<br>autorizaciones firmadas para medicinas<br>formularios para matricular a los bebés<br>autorizaciones para viajes de educación y recreo<br>registros de actividades diarias<br>informe médico y registro de inmunizaciones |
| **Los Personales:** | licencia o certificado<br>el contrato con CACFP<br>una copia de los resultados de su examen físico<br>los formularios de los impuestos<br>los formularios de seguro |

**La Declaración de Su Filosofía y Políticas**

El cuidado de la calidad es otra clave para el desarrollo y crecimiento exitoso de los bebés. Antes de comenzar su trabajo, piense en sus destrezas y conocimiento en el área del cuidado infantil. Después, escriba una declaración

que dé a los padres alguna información sobre usted y su programa. Su estabilidad, madurez, y auto-confianza se refleja en este material.

**Cosas que recordar al escribir su Declaración de Filosofía:**

Su Experiencia

Dé una descripción breve de su experiencia en trabajar con los bebés.

Indique las metas que usted ha fijado para su programa infantil y los métodos que intentará usar para alcanzarlas.

Incluya su educación y/o su capacitación para el cuidado infantil.

También incluya las organizaciones profesionales de cuidado infantil en las cuales participa o es miembro.

Su Filosofía sobre El Cuidado Infantil

Describa sus sentimientos sobre su trabajo con los bebés.

Explique como propone trabajar con los bebés (¿deben crecer y jugar en un ambiente estructurado o no estructurado?).

Describa sus ideas de como se debe sostener, consolar, y dar cariño a los bebés.

Hable sobre sus ideas sobre como se deben criar los bebés. Explique su punto de vista sobre asuntos tales como la siesta, el entrenamiento para usar la bacinilla, el cambio de pañales, y la alimentación infantil (incluya el dar el pecho).

Su Horario Diario

Presente un bosquejo del horario para su trabajo con los bebés, el cual estimula una rutina y consistencia.

Hable sobre su plan para incluir los bebés en su programa con los otros niños.

Su Política de Disciplina

Explique como intenta incluir a los padres en los asuntos de disciplina.

Describa su plan para manejar tales asuntos como el gritar, las pataletas, el morder, y el chupar del dedo.

Explique cuales procedimientos usará si parece que un niño es víctima de abuso y/o negligencia.

Describa como su programa puede proveerles a los niños experiencias multiculturales.

Estas son algunas cosas que puede incluir en su filosofía de trabajo con los bebés y los padres. Sugerimos que lea el libro entero antes de intentar crear esta declaración de filosofía.

**Organizarse es el primer paso al profesionalismo.**

Organizar su hogar para un negocio requiere tiempo, mucho planeamiento, y hacer algunas investigaciones. Si algo no sigue su plan, tenga paciencia en resolver los problemas. Consulte con otras proveedoras; pueden tener algunas sugerencias.

**En este capítulo, ha aprendido:**

- como evaluar sus destrezas y habilidades, su familia, y el ambiente de su hogar para el cuidado de los bebés;
- como arreglar un negocio para el cuidado de los niños;
- cuales son los requisitos para proveer cuidado infantil en un hogar; y
- como prepararse para establecer sus cuotas, el mantenimiento del papeleo y los archivos, y reclutar a los bebés.

Nombre del Negocio _____
Dirección_____
Teléfono_____

*Se puede usar este formulario durante la primera visita con el padre/la madre para conseguir información sobre el niño.*

## Formulario para la Entrada del Niño

**—— Información Básica ——**

Nombre del Niño _____ Fecha de Nacimiento_____

Apodo del Niño _____ Sexo_____

Dirección _____ Teléfono_____

Padre/Madre o Guardián:

Nombre _____ Dirección_____

Empleo _____Número de Teléfono del Empleo _____

**——Información de Emergencia——**

Nombres de todas las personas autorizadas para recoger al niño _____

_____

Hospital para usar en caso de emergencia_____

Dirección _____ Teléfono _____

Nombre del Médico _____

Dirección _____ Teléfono_____

Nombre de la Compañía de Seguro _____Número de la Póliza de Seguro _____

Dirección _____ Teléfono_____

Si no se puede contactar a los padres en una emergencia, póngase en contacto con:

Nombre _____

Dirección _____ Teléfono_____

_____

Idiomas que Hablan en Casa _____

Instrucciones Especiales _____

Fecha de Matrícula _____

**——Información Sobre el Bebé——**

**——Horario——**

¿Cuál es el horario diario de su niño? Por favor, indique las horas de:

Levantarse _____ Comer _____ Descansar _____ Acostarse _____

Tener una evacuación intestinal _____

**——Comida——**

¿Qué come el niño? _____ ¿Cuánto?_____

¿Cuáles comidas rehúsa? _____

¿Tiene alguna alergia el niño?_____

**——Social——**

¿Cuáles son algunas actividades favoritas de su bebé? _____

_____

¿Qué cosas molestan a su bebé? _____

_____

¿Usualmente que consuela a su bebé? _____

_____

¿Cómo responde su bebé a los desconocidos? _____

_____

**——Inquietudes Especiales——**

¿Qué más quisiera que yo supiera sobre su niño? _____

¿Hay problemas especiales? _____

_____

Nombre del Negocio _____
Dirección_____
Teléfono_____

## Registro de Salud para el Niño

Nombre del Niño _____ Sexo ___ Fecha de Nacimiento_____

Dirección _____Número de Teléfono _____

Nombres de los Padres _____

Marque las enfermedades que el niño ha tenido:
□ Sarampión □ Varicela □ Paperas □ Infección de Garganta (Estrepto Cocia)

□ Fiebre Reumática □ Escarlatina

Describa cualquier alergia: _____

_____

**Inmunizaciones**

Registre las fechas de las inmunizaciones primarias o suplementarias más recientes

Viruela _____
Difteria _____
Tétano _____
Tos Ferina _____
Poliomielitis _____
Sarampión _____

**Examen Médico**

Indique los resultados (por favor, incluya los de la visión y el oído, si han sido hechos)
_____

_____

_____

Recomendaciones a la Proveedora de Cuidado.
_____

_____

_____

Firma del Médico _____ Fecha _____

_____

Nombre del Niño _____

Fecha _____

## Registro Diario de Su Bebé

### ——Comidas Solidas——

☐ comidas de mesa ☐ comida infantil

cantidad/porción _____

| Verduras | Frutas | Carnes |
|---|---|---|
| ☐ guisantes | ☐ puré de manzana y albaricoque | ☐ carne de res |
| ☐ remolacha | ☐ peras | ☐ ternera |
| ☐ zanahorias | ☐ melocotones | ☐ hígado |
| ☐ habichuelas | ☐ ciruela pasa en tapioca | ☐ pavo |
| ☐ calabaza | ☐ banano en tapioca | ☐ cordero |
| | ☐ ciruela en tapioca | ☐ carne de cerdo |
| | | ☐ pollo |

### ——Líquidos——

☐ taza

☐ biberón

Jugo

☐ de manzana
☐ de uva
☐ otro

Leche

☐ entera
☐ descremada
☐ Fórmulas (marca)
_____

☐ calentada
☐ a clima
☐ fría

cantidad/porción:
_____

Otras Comidas:

_____

_____

Comentarios sobre las horas de comida:

_____

_____

El Sueño

- ☐ normal
- ☐ inquieto

Comentarios: _____
_____
_____

Comentarios sobre el juego: _____
_____
_____

Conducta general durante el día: _____
_____
_____

El Uso de la Bacinilla _____
_____
_____

Tiempo de Evacuación Intestinal/Cambiar el Pañal (mojado) _____
_____

Nombre del Negocio _____
Dirección_____
Teléfono_____

## Informe de Herida

Nombre del Niño Herido _____Edad _____

Fecha en que se hirió _____

Nombre de la persona encargada cuando ocurrió la herida _____

¿Cuál(es) parte(s) del cuerpo fue(ron) herida(s)? _____

¿Cómo se trató la herida? _____

¿visitó/llamó al médico? _____

¿Fue llamado el padre/madre? _____

¿Cómo ocurrió el accidente? _____

¿Hubo otra persona involucrada en el accidente? _____

Fecha del Informe _____ Firma _____

- - - -

Nombre del Negocio _____
Dirección_____
Teléfono_____

## Autorización de Medicamento

Fecha _____

Yo autorizo a _____ para dar_____ a mi hijo(a). El

medicamento comenzará _____ y terminará _____

_____
(nombre de la proveedora)

_____
(medicamento)

_____
(nombre del niño)

_____
(Firma del padre/madre)

(Si el medicamento no está designada con el nombre del niño, el nombre de la droga, el nombre del médico, e instrucciones para el uso, entonces el médico tiene que llenar y firmar el formulario siguiente.)

- - - -

# Capítulo Ocho
# Un Buen Comienzo con Los Padres

Las proveedoras de cuidado para niños ofrecen un servicio de mucho valor a los padres que trabajan y a sus bebés. Los padres necesitan saber que sus bebés recibirán buen cuidado, amor, y entendimiento. Como comienza la relación entre los padres y la proveedora es una clave para el éxito en la relación con el niño.

**En este capítulo, leerá sobre:**

- tratar con las inquietudes que los padres tienen de poner sus niños bajo un cuidado infantil;
- negociar acuerdos efectivos con los padres;
- planificar reuniones exitosas con los padres; y
- manejar conflictos con los padres.

## La Asociación Cooperativa Entre Los Padres Y La Proveedora

### El Primer Contacto

Muchas veces el primer contacto entre usted y el padre o la madre es por medio del teléfono. Los padres que llaman decidirán si usted es una persona apropiada para cuidar a sus bebés por la manera que contesta sus preguntas. Asegúrese de que todas las personas que contesten su teléfono sean bien educadas en su uso.

Antes de tomar la decisión de cuidar al niño, arregle que los padres y el bebé visiten su hogar para una entrevista. Nunca convenga cuidar a un niño sin primero tener una entrevista.

**La Entrevista**

Esta primera reunión le proveerá la oportunidad para conseguir información sobre el bebé, reunirse con los padres y observar como se relacionan con su bebé. Es posible que otras reuniones entre usted, el niño, y los padres le puedan ayudar.

No se le olvide que los padres también están decidiendo si usted es la persona que debe cuidar a su bebé. Los padres se sentirán más cómodos si pueden ver que usted y el bebé se llevan bien.

Durante la entrevista, comparta su filosofía sobre el cuidado de niños y las políticas de su negocio de cuidado infantil en su hogar. Estas políticas deben estar por escrito; déles a los padres una copia que se puedan llevar. Hable con ellos sobre sus pensamientos y prácticas sobre como piensan criar a sus hijos y temas a veces problemáticos como cuando sostener a los bebés, la alimentación, la disciplina, y el entrenamiento de la bacinilla.

Conducir una entrevista efectiva es un proceso muy importante que usted necesita aprender a manejar. Filtrar exitosamente a los padres que no le convienen a su programa puede ahorrarle tiempo, energía, y dinero en el futuro.

Una buena relación entre los padres y la proveedora depende de la comunicación frecuente y abierta. Esa comunicación comienza durante la entrevista inicial. Durante esta entrevista, háblele sobre su política del período de ajuste durante el cual, verán si el niño se ajusta a su nuevo ambiente. Si no se ajusta, los términos del contrato no entrarán en vigor, y los padres buscarán otro cuidado para su niño.

Entender a los padres y tratar con sus inquietudes facilitará su relación de trabajo. Durante las visitas, trate de aliviar sus dudas e inquietudes. Póngase en el lugar de los padres e imagine algunas de sus inquietudes.

*¿Estará seguro mi niño?*

*¿Se ajustará mi bebé a esta nueva persona y lugar?*

*¿Puedo confiar en esta proveedora como persona responsable?*

*¿Puedo depender del juicio de esta proveedora?*

*¿Mostrará ella buen juicio y destrezas?*

*¿En realidad sabe ella lo que hace?*

*¿Qué haré si mi bebé se enferma?*

*¿Sentirá mi bebé que lo estoy rechazando?*

*¿Preferirá mi bebé a la proveedora más que a mi porque ella pasa más tiempo con él?*

*¿Porqué me siento tan culpable al dejar a mi niño con otra persona?*

*¿Porqué me siento aliviada que otra persona esté cuidando a mi bebé?*

*¿Dónde conseguiré el dinero para el cuidado de mi niño?*

*¿Recibirá mi bebé atención individual?*

*¿Qué hará la proveedora cuando mi bebé llore?*

*¿Qué aprenderá mi bebé?*

**Tratar Las Inquietudes de los Padres**

Cuando un padre o una madre se siente temeroso y nervioso sobre una situación, el bebé puede percibir que hay un problema y puede sentirse inseguro en un ambiente nuevo rodeado por desconocidos. Usted tiene que desarrollar una relación positiva con los padres. Ellos también necesitan tener confianza sobre su nueva situación. Padres nuevos pueden sentirse muy inquietos al dejar a su bebé y pueden ser muy exigentes con la proveedora. Para ayudarles a los padres a que se sientan cómodos al dejar al niño con usted, pruèbe lo siguiente:

- asegurarles que trabajará duro para proveer el mejor cuidado posible para el bebé
- consúlteles sobre su filosofía de cuidado
- asegúreles que no intenta asumir el papel de los padres

- asegúreles a los padres que criar al bebé siempre depende de la cooperación entre usted y ellos

- anímeles a los padres a que tomen una parte activa en el programa de desarrollo infantil para que estén involucrados en su trabajo con el niño; y

- hágales sentirse bienvenidos durante sus visitas a su programa de cuidado.

**Entender las Diferencias Culturales**

Cuando abre su hogar para proveer cuidado infantil en la comunidad, le pueden pedir proveer servicios a familias que sean de raíces raciales o étnicas diferentes, que hablan un idioma distinto, o que vienen de un raíz socio-económico diferente que la suya. Siempre trate de:

- respetar y entender las diferencias;

- entender las tradiciones de los padres y no entrar en conflicto con ellas;

- respetar y entender las diferencias posibles en las prácticas de la cría de los niños; y

- enseñarles a los niños bajo su cuidado que respeten a toda la gente.

**Todos los padres tienen las mismas necesidades e intereses con respecto al cuidado de su niño sin importar sus diferencias culturales.**

## Negociar un Contrato con los Padres

Después de que una decisión para el cuidado del niño se haya tomado, prepare un acuerdo de las expectativas y responsabilidades entre usted y los padres. He aquí algunas cosas que debe considerar:

**Cosas que Recordar al escribir un contrato entre usted y los padres:**

**Estén de acuerdo** sobre la fecha de comienzo del cuidado.

**Fije** un tiempo para que los padres observen mientras que el niño se ajusta a su nuevo ambiente.

**Clarifique**

su plan para trabajar con los bebés (su filosofía);

su política para niños enfermos;

la hora de recoger a los niños y su política sobre que hará cuando los padres llegen tarde para recogerlos;

todos los días libres y de vacación; y

las horas de cuidado.

**Pregúnteles a los padres**

¿quién traerá y recogerá al bebé?

si tienen un plan alterno en caso que su cuidado no esté disponible

**Pídales a los padres**

el nombre y número de teléfono al que puede llamar en caso de emergencia

el registro de salud para el bebé y un formulario de permiso para el hospital

**Consulte sobre**

¿quién proveerá la comida, la ropa, y los pañales?;

su plan de emergencia en caso de accidentes;

la inclusión de los padres en el programa; y

las cuotas para el cuidado, tanto como las de recoger tarde al niño, el plan de pago, y el método de pago.

**Provea**

dos o tres nombres de personas que pueden ofrecer información sobre su habilidad para cuidar a niños.

Usted y los padres deben firmar este acuerdo. Ambos deben mantener una copia del documento. El contrato sirve como un documento legal.

Recuerde que el cuidado infantil en el hogar es un negocio. Usted les ofrece un servicio (cuidado) a los consumidores (los padres).

Nombre del Negocio_____
Dirección_____
Número de Teléfono_____

## Acuerdo entre la Proveedora y los Padres

Bienvenidos a mi hogar de cuidado infantil. El estado de _____ _____ (no) requiere una licencia para este negocio. Yo (no) participo en el Programa de Alimentación para Adultos y Niños del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

El propósito de este contrato es definir los términos mutuos de un acuerdo para el cuidado de sus niños.

Usted tiene la responsabilidad de avisarme de cualquier cambio de dirección, número de teléfono, o números de emergencia.

Los padres son bienvenidos a visitarnos en cualquier momento.

### Las Horas y Los Días de Trabajo

Los servicios de cuidado comenzarán _____.
Las horas de cuidado comenzarán a las _____ y terminarán a las _____ en los días siguientes:

Si el niño va a llegar tarde o estar ausente, por favor llámeme por adelantado.

Cuidado infantil no estará disponible en los días de fiesta y vacación siguientes:

Mi vacación será: _____. Usted tendrá la responsabilidad de hacer otros arreglos para el cuidado de su niño durante este tiempo.

Es posible que de vez en cuando yo necesite usar los servicios de otra proveedora. Esta proveedora es _____.

## Las Tasas

$_____ por semana para cuidado de tiempo completo (más de 7 horas diarias).
$_____ por hora para cuidado de tiempo parcial (menos de 4 horas a la vez).
$_____ por hora para cuidado de último momento (si hay espacio disponible).
$_____ por recargo. Este recargo se aplica por el cuidado después de las _____ a menos que se hayan hecho arreglos especiales. Hay que pagar esta cuota el próximo día.
$_____ por comida. Los padres deben traer comidas apropiadas para los bebés menores de _____ meses.

Las tasas de cuidado infantil se pagan por adelantado y a más tardar _____. Un recargo adicional de $_____ se cargará si la tasa se paga tarde. Se pueden pagar las tasas: _____semanal _____quincenal _____mensual.

Debe pagarse un depósito adelantado de $_____ al tiempo de matrícula. Se devolverá esta cantidad cuando se terminen los servicios.

(No) es posible que haya ajustes a las tasas cuando los servicios de cuidado no se dan debido a enfermedad o vacación por parte de cualquiera de los dos.

Las tasas se pagará por: ☐ en efectivo ☐ cheque.

## Aviso

Se requiere un aviso escrito dos semanas antes de cualquiera de los siguientes casos:

1. Terminación del acuerdo por cualquiera de los dos.
2. Aumentos en las tasas de cuidado.
3. Períodos de vacación para los padres y la proveedora.

## Comida

Las comidas serán: ☐ hechas en casa ☐ traídas por los padres.
Las comidas servidas son: ☐ el desayuno ☐ la merienda a.m.
☐ el almuerzo ☐ la merienda p.m. ☐ la cena ☐la merienda por la noche.

Por favor, explique si el niño tiene cualquier necesidad dietética especial.

Los bebés serán alimentados según las instrucciones de los padres. Los padres tienen que facilitarle a la proveedora información general sobre horarios de alimentación, fórmulas, y comidas adicionales. La leche se provee para los niños que ya no necesitan una fórmula especial. Los bebés amamantados deben tener una fuente adecuada de leche materna en biberones.

## Médico

Se requiere que un niño tenga un examen físico antes de participar en este programa de cuidado y hay que hacerlo nuevamente cada año.

Por favor, aviseme si su niño estará ausente debido a una enfermedad. Si su niño estará en casa por más de _____ días, un informe firmado por un médico será pedido.

Hay que avisarme de las enfermedades contagiosas inmediatamente.

Se notificarán a todas las familias involucradas.

Se darán las medicinas solamente si hay un formulario de permiso firmado por un médico licenciado.

Si su niño se enferma durante las horas de cuidado, le llamaré para pedirle que recoja a su niño inmediatamente. Si no los puedo localizar, me pondré en contacto con una de las personas de emergencia que ha listado. El niño puede regresar al hogar de cuidado cuando no haya más síntomas.

## La Ropa

Toda la ropa y otras pertenencias tienen que tener una viñeta con el nombre del niño y traerse en una bolsa.

Los padres suplirán por lo menos dos juegos completos de ropa para jugar, ropa para afuera, y lo siguiente:
□ pañales disponibles □ pañuelitos para limpiar □ babero □ jabón
□ calzoncillos plásticos

**Los Viajes Escolares**

Muchas veces, hacemos viajes para ayudarle a su niño a aprender más sobre la comunidad. Necesitaré su permiso para llevar a su hijo en mi carro. Le avisaré por adelantado cuando tengamos los viajes.

Nuestro estado (no) requiere un asiento infantil propio para el carro. _____Usted proveerá _____Yo proveeré el equipo.

**Otra Información**

Yo entiendo completamente y estoy de acuerdo con los términos de este contrato. Se puede renegociar este acuerdo en cualquier momento.

Firma del Padre o Madre _____ Fecha_____

Firma de la Proveedora _____ Fecha_____

**Cosas que recordar sobre la comunicación:**

Clarifique lo que espera de los padres, y entienda lo que ellos esperan de usted.

Mantenga contacto frecuente con los padres.

Consulte sobre cualquier problema cuando ocurra--estén de acuerdo sobre el problema, la causa, y la manera de resolverlo.

Muestre interés y aprecio para los padres.

Déjeles a los padres observar la manera con la cual trabaja con su bebé.

Platique con los padres sobre sugerencias y técnicas para la crianza de los niños.

Respete las opiniones de los padres.

Mantenga asuntos familiares en confidencia.

Maneje las quejas en una manera profesional.

Evite comentarios negativos sobre una familia.

Organice una hora para que los padres de los niños bajo su cuidado puedan conocerse y compartir ideas.

Provéales a los padres información útil.

**Hablar con los Padres**

Comparta información con los padres sobre el progreso de su bebé, aun si solo son logros pequeñitos. Hágalo a diario si es posible. Los padres quieren oír lo bueno sobre sus niños. Solo pocas palabras se requieren la mayoria de las veces. Poner bastante atención a estos éxitos estimulará su propia necesidad para auto-estima y de sentirse realizada.

BEST COPY AVAILABLE

Es posible que quisiera tener un rincón en su hogar para los padres. Cubra una mesita con un mantel. Haga una exhibición que incluya algunos de sus materiales para el desarrollo infantil. Anime a los padres a que usen estos recursos en casa. Ponga un cuadro de boletines que dirija la atención de los padres a los anuncios importantes tales como el menú semanal, el entrenamiento del cuidado infantil, y su programa para la semana.

A veces, es imposible buscar la oportunidad de hablar con los padres antes y después del trabajo. Pueden andar de prisa u otra persona puede tener la responsabilidad de recoger al niño. Si este es el caso, fije una hora para hablar por teléfono con los padres después de sus horas de cuidado o escríbales una nota. Déjeles saber que a usted le importa hablar con ellos. Fije una hora para planear reuniones con los padres.

Puede planear una reunión para una noche o un fin de semana. Los padres se sienten cómodos sobre su situación de cuidado cuando se sienten involucrados. He aquí algunas actividades de grupo que les gustan a los padres:

- fiestas de trabajo para reparar y construir equipo de cuidado
- excursiones de estudios prácticos con los niños;
- intercambios de ropa y juguetes que ya no les sirven a sus hijos;
- actividades para conseguir fondos para el hogar de cuidado (esto ayuda a bajar el costo del cuidado);
- oportunidades para que pueden ayudar cuando haya actividades especiales (días de fiesta) en el programa de cuidado; y
- conferencias de grupo para involucrar a todos los padres de los niños bajo su cuidado.

Los boletines de las proveedoras les gustan a muchos padres en algunos hogares de cuidado. Los boletines permiten que las proveedoras les informen creativamente a los padres lo que ocurre en el programa. Comparten artículos sobre la crianza de los niños y sugieren actividades que los padres pueden hacer con sus bebés.

Comuníquese con los padres en una manera profesional. Necesitan sentirse francos y cómodos en compartir sus inquietudes con usted. Estos consejos pueden ayudarle a desarrollar una buena relación con los padres.

**Manejar Las Quejas con Los Padres**

Los padres tanto como la proveedora deben hablar sobre problemas e inquietudes cuando ocurran. Dejarlos acumular puede crear problemas más grandes. He aquí algunos principios que puede usar como una guía cuando maneja las quejas.

**Ejemplo 1**

La señora Escobar está por cenar cuando el teléfono suena. La madre de Juan le llama para quejarse que su hijo tiene marcas de una mordida en su hombro. Le acusa a la proveedora de no hacer su trabajo y amenaza retirar al niño del hogar de cuidado. Esto es un problema común que pueda tener en su trabajo. Decidir como tratar con este ejemplo puede ayudarle con otras situaciones en el futuro.

- Escuche cuidadosamente lo que dice la madre. Muchas veces una persona solamente necesita la oportunidad para ventilar sus sentimientos.
- Repita lo que ha entendido que la persona ha dicho, tratando de resumirlo en una frase.
- Declare los cambios que piensa que los padres quisieran.
- Explique que hará sobre el problema.

**Ejemplo 2**

Por dos semanas, la señora Vásquez le ha pedido a la madre de Verónica que trajera más pañales para su bebé. Todas las mañanas la madre se excusa por no traer los pañales y promete traerlos el próximo día.

A veces, usted puede tener inquietudes que necesita expresar a los padres. He aquí otros principios que puede usar al tratar con la situación.

- Busque la hora apropiada para hablar con los padres sobre el problema.
- Pregúnteles si están conscientes del problema y lo que se ha hecho para resolver el problema.
- Trate de llegar a una conclusión si es posible.
- Hable con los padres cuando usted tenga control de sus sentimientos. Si no, demore la conversación.
- Hable de sus inquietudes sobre el niño cuando está sola con los padres--no enfrente de otras personas.

## El Abuso de los Niños

El abuso o descuido de niños puede ocurrir en cualquier hogar. Los bebés y niñitos no pueden contarle si han sido abusados, pero pueden exhibir señales de abuso.

**Algunas señales del abuso físico:**

- contusiones, quemaduras, y ronchas
- esquivar o retroceder cuando un adulto hace un movimiento repentino
- siempre cansado, retirado, o indiferente
- miedo o reacción intensa a una persona o lugar particular
- conducta agresiva

**Algunas señales de abuso sexual:**

- ropa interior lacerada o manchada
- infecciones o descargos vaginales
- desangre, dolor, o picazón vaginal o rectal
- órganos genitales inflamados

Si sospecha que a un niño lo abusan, tiene la obligación bajo la ley de reportarlo. Llame al Servicio de la Protección de Niños (Child Protection Service), su departamento local de bienestar (Welfare Department), la policía, o la línea telefónica nacional del abuso de niños (National Child Abuse Hotline: 1-800-422-4453).

En el mantenimiento diario de sus archivos, note cualquier cambio en el comportamiento del niño--incluyendo cualquier señal de abuso. Este archivo le hará más creíble, le ayudará a recordar eventos, y le suplirá con fechas e incidentes específicos en caso que lo necesite.

Consulte con los padres sobre contusiones o marcas. Tal vez hubo simplemente un accidente. Pero si un padre se pone defensivo o se niega hablar sobre el problema, es tiempo para tomar acción. Tenga confianza en sus propios instintos; usted sabe cuando la situación no se siente correcta. No se aventure con la vida de un niño.

Si piensa que hay abuso, sea especialmente suave con el niño. Necesita todo el amor que le pueda dar.

**En este capítulo ha aprendido a:**

- estar consciente de las inquietudes que los padres tengan sobre el cuidado del niño;
- entrevistar a los padres que quisieran cuidado para su niño;
- negociar un acuerdo con los padres;
- incluir a los padres en su programa;
- establecer comunicación franca con los padres; y
- responder a las diferencias culturales de los padres.

# Apéndices

## Problemas Comunes de Salud Infantil

**Las Alergias**

*Síntomas:*
Tener erupciones de la piel o mucosa la nariz o el ojo, estornudar, vomitar o resollar con dificultad.

*La Prevención:*
Déle al niño la medicina para las alergias que su pediatra ha ordenado o apártelo del objeto o cosa que causa que el niño tenga la reacción alérgica (tal como tela de lana, animales que tenga en la casa, animales de juguete, o plantas).

*Nota para la proveedora:*
El bebé no es contagioso. Si no puede respirar bien, póngase en contacto con los padres tan pronto sea posible. Sugiera que se llame al médico para averiguar lo que ha causado la reacción alérgica.

**La Varicela**

*Síntomas:*
El bebé puede tener una fiebre moderada. Pequeños granos oscuros pueden aparecer y dentro de pocas horas se transformarán en ampollas que parecen como gotas de agua sobre la piel. Las ampollas se formarán como llagas más tarde.

*La Prevención:*
Es difícil prevenir la propagación de varicela. El período de la incubación puede ser de 17 a 21 días. El período contagioso continúa seis días después de que las erupciones aparezcan.

*Nota para la Proveedora:*
Aísle al niño hasta que el padre o la madre llegue. Trate de prevenir que el niño se rasque las erupciones. El niño no debe regresar a su hogar hasta que no haya fiebre y las vesículas estén secas.

**El Cólico**

*Síntomas:*
El bebé tiene ratos largos de llorar, usualmente durante la tarde y la noche. Su cara está muy roja y las piernas se atraen hacia el estómago como si tiene dolor.

*La Prevención:*
No se conoce la causa, por eso no hay prevención o remedio conocido. Trate de mantener al bebé tan libre de estrés como sea posible a la hora en que usualmente comienza a llorar.

*Nota para la Proveedora:*
Siendo que el llorar usualmente ocurre por la tarde, es posible que el bebé llore cuando vengan los padres para recogerlo. Ayúdeles a los padres a entender que ni usted ni ellos tienen la culpa para el problema. Recuérdeles que los bebés con el cólico están de otra manera sanos y que el cólico no durará más de ocho semanas.

**El Catarro Común**

*Síntomas:*
La nariz congestionada o mucosa, una tos, fiebre moderada, o dolor de cabeza. El bebé puede estar molesto o muy incómodo. La nariz congestionada puede causar al niño alguna incomodidad al chupar el biberón, el chupete, o aun al dormirse. El niño puede tener alguna dificultad al respirar por la nariz porque el moco puede bloquear el pasaje y por eso, puede recurrir a respirar por la boca. Los bebés respiran por la nariz mientras chupan el biberón. Por eso, puede ser necesario limpiarles la nariz para que puedan alimentarse cómodamente.

*La Prevención:*
No hay manera de prevenir un catarro. Trate de mantener al bebé lejos de corrientes de aire y vístalo apropiadamente.

*Nota para la Proveedora:*
Consuele al niño y provéale con bastantes líquidos (tales como los jugos y agua). Usualmente hay complicaciones si el virus baja la resistencia del niño y causa infecciones secundarias tales como la bronquitis, pulmonía, o una infección del oído medio. Si la fiebre persiste y el niño tiene un descargo grueso de color verde-amarillo, una tos acompañada por resollar con dificultad, dolor de garanta, o dolor del oído, insista que los padres busquen servicio médico para el niño.

**La Conjuntivitis (el ojo rosado)**

*Síntomas:*
El ojo puede estar lloroso o rojo. Mientras duerme, el descargo forma costras secas y amarillas en las pestañas. Puede haber dolor y/o incomodidad.

*La Prevención:*
Esta infección se propaga rápidamente de un niño a otro. Asegúrese de que el niño infectado use su propia toalla y paño. Anime al niño a que no raspe sus ojos--el moco contagioso se puede poner en otros artículos los cuales otros niños tocan.

*Nota para la Proveedora:*
Siendo que esta infección se propaga rápidamente, se debe mandar a casa al niño. El médico necesita prescribir gotas o ungüento que puede curar la infección rápidamente. Cuando se cure, puede permitir que el niño regrese a su cuidado.

**Las Convulsiones**

*Síntomas:*
El bebé se puede poner rígido, y entonces los músculos de su brazos, piernas, y cuerpo se relajarán y se contraen nuevamente haciendo que su cuerpo se sacuda y se estire. Su cuerpo entero o solamente sus extremidades pueden ser afectadas; su cara puede hacer muecas y puede apretar las mandíbulas.

*La Prevención:*
Una fiebre alta puede causar las convulsiones. Por eso, si la temperatura de un bebé asciende, haga todo lo posible para bajarla. Quite ropa y mantas, y acaricie al bebé con una esponja o trapo fresco.

*Nota para la Proveedora:*
Si un bebé tiene una convulsió ., no lo deje solo. Quédese con el bebé para asegurarse que no inhale o se atragante en vómito. No trate de apretarlo o poner algo en su boca. Puede darle miedo mirar la convulsión, pero le pasará pronto y el niño se dormirá. Entonces puede llamar al médico y a los padres.

**Las Erupciones de la Piel por los Pañales**

*Síntomas:*
Las nalgas se pueden poner rojas o inflamadas con piel irritada y pus.

*La Prevención:*
Cambie los pañales con frecuencia. Nunca deje a un bebé con un pañal mojado. Pruebe usar un protector desechable.

*Nota para la Proveedora:*
Pregúnteles a los padres como ellos o el médico quieren que se traten las erupciones. Pueden pedir que usted use óxido de zinc. Asegúrese de que tenga las instrucciones de los padres por escrito antes de usar la crema. No use ningún polvo, jalea, o crema sin instrucciones escritas de los padres.

**La Diarrea**

*Síntomas:*
Evacuaciones intestinales frecuentes, flojas, o aguadas.

*Nota para la Proveedora:*
No se preocupe sobre las evacuaciones intestinales flojas ocasionales. Sin embargo, si son aguadas, verdes, y tienen un mal olor, sangre o pus; si el bebé se niega a comer; o si el bebé tiene una fiebre de cien grados o más, póngase en contacto con el médico y los padres inmediatamente.

**Las Infecciones del Oído**

*Síntomas:*
El bebé puede halarse la oreja, o puede tener fiebre, vómitos, o diarrea.

*La Prevención:*
Avíseles a los padres inmediatamente de los síntomas que ha visto para que puedan llevar al bebé al médico.

*Nota para la Proveedora:*
Nunca ponga nada en las orejas del bebé y no aplique compresas calientes a la oreja.

**El Sarampión Alemán (Rubéola)**

*Síntomas:*
Una fiebre moderada, un dolor de garganta, inflamación detrás de las orejas y atrás del cuello; erupciones rojas pequeñas pueden comenzar en el estómago pero se propagan en un día sobre el cuerpo entero.

*La Prevención:*
Después de cumplir un año de edad, se puede dar al niño la vacuna para rubéola.

*Nota para la Proveedora:*
El sarampión alemán es contagioso, por eso un niño que lo tiene no debe estar en su hogar de cuidado. El niño infectado no debe regresar a su programa hasta que las erupciones hayan desaparecido por varios días.

**El Impétigo**

*Síntomas:*
Comienza como manchas rojas pequeñas en las manos y piernas; las manchas se hacen ampollitas llenas de agua y entonces se cambian a costras grandes morenas.

*La Prevención:*
El impétigo es muy contagioso. Si alguien en su hogar lo contrae, puede prevenir la propagación asegurando que otra persona no use las toallas y colchones del niño.

*Nota para la Proveedora:*
Los padres deben llevar al niño al médico para tratamiento y el bebé no debe estar con los otros niños bajo su cuidado hasta que se cure.

**El Sarampión**

*Síntomas:*
Comienza con una nariz mucosa, tos, y fiebre. De pronto, la fiebre asciende hasta tan alto como 104 grados, ampolletas, y erupciones se desarrollan en la garganta, atrás de las orejas, y entonces se forman en la cara y el resto del cuerpo. Habrá manchas rojas con centros blancos en la boca del bebé.

*La Prevención:*
Después de que tengan un año, se puede vacunar a los niños.

*Nota para la Proveedora:*
El sarampión es muy contagioso y puede ser muy grave. El sarampión puede conducir a la pulmonía y meningitis. Insista que los niños tengan las vacunas entre las edades de uno y dos. Niéguese se a incluir en su programa a un niño con el sarampión.

**Otras Condiciones**

*Las Manchas Azules (Las Manchas Mongólicas Azules)*
Éstas son acumulaciones temporarias de pigmento bajo la piel. Pueden ser más usuales en los bebés de raíces africanas o mongoles pero se puede ver en los bebés italianos o griegos o en cualquier bebé con piel morena. No tiene nada que ver con el mongolismo (a pesar del nombre) ni tiene nada que ver con las contusiones u otros desordenes. Estas manchas no necesitan tratamiento, y desaparecen después de poco tiempo.

**El SIDA (El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida)**

El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) es una enfermedad que afecta a la población entera. Se ha propagado sin distinción de sexo, raza o grupo, étnico, socio-económico, o demográfico. El Sida en las mujeres está aumentando más rápidamente que en los hombres. El Sida es una enfermedad de la familia.

Un virus VIH (Virus Inmunodeficiencia Humana) ataca al sistema inmune del cuerpo debilitando la habilidad del cuerpo para resistir las infecciones. Con el tiempo el virus destruye el sistema inmune. Con un sistema inmune debilitado, un individuo se enferma de otras infecciones que amenazan la vida.

Los niños que tienen el Sida o que están infectados con el virus VIH no fueron infectados al estar con otros niños. El ochenta por ciento de niños infectados recibieron el virus por

transmisión vertical (en útero) o se amamantaron de una madre infectada con VIH; mientras el otro 20% fueron infectados por sangre contaminada, productos de sangre contaminados, o abuso sexual. Las personas no se infectan con el contacto casual.

Los niños infectados por VIH deben ser admitidos a los hogares de cuidado infantil si el estado de su salud lo permite. El niño infectado por VIH no es un peligro para los otros niños----los otros niños son un peligro al niño VIH. Las proveedoras de cuidado deben usar las prácticas reconocidas de prevención para inhibir la propagación de cualquier clase de enfermedad o infección.

Las proveedoras necesitan entender que es posible que ya estén cuidando a un niño con VIH sin saberlo. (Porque no demuestran los síntomas todavía, algunos niños con el virus VIH todavía no han recibido este diagnóstico.) Aunque el miedo de infección es una gran inquietud de las familias de los niños que no están infectados, las proveedoras pueden "tomar la delantera" y servir como ejemplo aprendiendo sobre el VIH y el SIDA, y después compartiendo esa información con todas las familias.

## LA LEY DE LOS ESTADOUNIDENSES/AMERICANOS CON IMPEDIMENTOS DE 1990 (ADA)

El ADA les da protección a los derechos civiles de individuos con impedimentos, similares a la protección que se provee a cualquier persona sin importar la raza, el sexo, origen nacional, y religión. Garantiza oportunidades iguales para las personas con discapacidades en las acomodaciones públicas, y por lo tanto, en proveer el cuidado, no se puede discriminar contra un niño con una discapacidad.

Los niños que tienen VIH o que sufren del SIDA o las consecuencias del desarrollo a largo plazo están protegidos bajo las guías del ADA, como cualquier otro niño con necesidades especiales. Pueden esperar que usted haga cambios "razonables" y "fácilmente logrables" para un niño con una discapacidad en base a su caso particular. Ningún inspector visitará su hogar de cuidado; la ejecución de la ley ocurre por medio de demandas legales y quejas administrativas hechas por las personas que sienten que ellos o su niño han sido víctimas de la discriminación.

# Artículos para una Cajita de Primeros Auxilios

Vendas adhesivas estilo "strip" (tipo Band-Aid, tamaños variados)
Frazada
Monedas para el teléfono comercial
Compresas frías farmacéuticas
Bolitas de algodón
Hisopillos (palillos de algodón)
Guantes de goma o latex, desechables
Linterna eléctrica y baterías adicionales
Cucharas de medir
Apósitos vendajes estériles que no se pegan a la piel (estilo "nonstick") en varios tamaños
Tazas desechables
Lápiz y papel
Vaselina
Vendas elásticas enrolladas
Vendas de gasa enrolladas (tamaño 3")
Jabón
Apósitos de gasa estéril (tamaño 4")
Apósitos de gasa estéril para los ojos
Jarabe de ipecac
Tijeras
Termómetro
Depresores de madera para la lengua
Cinta adhesiva quirúrgica
Pinzas
Pañuelo blanco de algodón

**Se recomienda a las proveedoras tener un libro de primeros auxilios, tales como los de La Cruz Roja (The American Red Cross), National Safety Council, o American Academy of Pediatrics.**

# Los Juguetes y Actividades Caseras

***El Móvil con un Centro de Tiro al Blanco***

Necesita:

3 recipientes vacíos en forma de huevo para medias de nilón ("L'eggs")
Cinta plástica para remendar en colores rojo, negro, y/o verde obscuro
Ganchos Metálicos de Ropa (deje el rollo de cartón en los ganchos)
Cuerda liviana

Procedimiento:

Corte 3 pedazos de cuerda de 12 pulgadas. Haga un agujero en el medio del contenedor con la forma de huevo. Empuje la cuerda por el agujero y ponga varios nudos adentro para asegurar la cuerda. Ponga las dos mitades juntas.

Con la cinta adhesiva, diseñe círculos alrededor del huevo para formar una especie de tiro al blanco.

Corte 3 ranuras en el rollo de cartón del gancho y amarre cada cuerda a una ranura. Amarre una cuerda a través de la cuna y ate la parte de arriba del gancho. Permita que las bolas cuelguen entre 7 a 9 pulgadas de los ojos del bebé.

Una Variación:

Use bobinas vacías de hilo pintados (con pintura no-tóxica) blanco y negro.

***Maraca hecho de una Copa de Yogurt***

Necesita:

1 copa de yogurt con tapa
1 palo o taco de 6 pulgadas
Fideos, arroz, o frijoles crudos

Procedimiento:

Limpie la copa de yogurt completamente. Meta en la copa los fideos, el arroz, o los frijoles. Pegue la tapa y fíjela con cinta adhesiva para asegurarla. Conecte el mango del palo haciendo un hoyo por el fondo del contenedor. Conecte la tapa en su lugar con cinta adhesiva.

Una variación:

Llene una botella pequeña de plástico limpia con papel o tela de colores vivos, campanillas, etc. Ponga cinta adhesiva alrededor de la tapa y el cuello de la botella.

***Los Juguetes Abrazables***

Necesita:

Tela
Un patrón de un animal o una muñeca o haga su propio diseño
Medias viejas de nilón

Procedimiento:

Ponga su patrón en un pedazo doblado de tela y corte la forma. Cosa los pedazos juntos pero deje un segmentito abierto para que pueda invertir la parte exterior hacia afuera. Ahora llénelo con medias viejas y termine cosiendo la apertura a mano.

***El Libro de Tela***

Necesita:

4 pedazos de muselina, 12 por 8 pulgadas
Pintura no-tóxica bordar en varios colores
cintas de distintos colores

Procedimiento:

Ponga los pedazos cortados de muselina encima uno de otro. Doble en el medio para hacer el libro. Cósalos por el centro a mano o a máquina.

Use la pintura para dibujar cuadros conocidos para el niño (una maraca, pelota, o un perro).

Una Variación:

Corte fotos en las revistas de personas, animales, etc. Corte 4 pedazos de cartulina y pegue las fotos. Cubra las páginas con papel contacto transparente. Haga dos agujeros por las páginas y amarre la cinta por ellas.

***Una Bola para Tocar***

Necesita:

10 pedazos de material descartado de una variedad de texturas (terciopelo, tela de toalla, algodón, piel de imitación, seda)
1 patrón para pelota (una forma triangulada con lados de 3 pulgadas)
Hilo, aguja, alfileres, y tijeras
Medias viejas de nilón o esponja para rellenar

Procedimiento:

Use su modelo para cortar 10 piezas de telas de diferentes texturas de tela. Cosa dos secciones juntas comenzando desde el punto pequeño de la pieza y cosa hacia el extremo ancho. Añada las piezas que sobran una por una. Cosa la primera y quinta pieza para formar una media pelota.

Ahora haga la otra mitad. Luego ponga los dos lados juntos, préndalos, y cosa. Recuerde dejar una pieza abierta para que pueda invertirla por la abertura. Meta el relleno. Doble los lados no terminados de la abertura y cósala a mano.

***Juguete para Patear***

Necesita:

Varios pedazos de tela descartada de colores vivos
1 almohada con funda
1 juguete que hace ruido

Procedimiento:

Cosa pedazos de tela descartada en el frente de la funda de la almohada. Ponga la almohada y un juguete que hace ruido en la funda al pie de la cuna. Ponga al bebé donde pueda patear la almohada. Cuando el niño patea la almohada, se recompensa con un ruido.

***Manta de Texturas***

Necesita:

2 pedazos de tela, 36" por 45"
1 pedazo de relleno polyester
varios pedazos de tela descartada de varios colores y texturas
1 cinta, tipo "bias" de costureria, 36" en largo
hilo

Procedimiento:

Corte varias formas de pedazos descartados de tela y cosa cinta tipo "bias" alrededor de cada pedazo. Luego cósalos en uno de los pedazos de material para manta. Asegúrese de que las formas se cosan en la parte exterior del material.

Ponga los 2 pedazos del material para la manta juntos, con los lados exteriores juntos, y ponga el relleno encima.

Cosa alrededor a media pulgada del borde, dejando una apertura de 10" en un lado. Inviértala y cosa la abertura cerrada a mano.

Cosa el centro de la cinta al borde de la manta.

***Círculo para Agarrar***

Necesita:

2 pedazos distintos de tela de colores vivos y firmes (que no destiñen)
Patrón: Una forma estilo "doughnut", 7" en diámetro con un hoyo en el centro de 1".
Relleno de polyester, algodón, medias viejas de nilón.
Hilo

Procedimiento:

De los dos pedazos de la tela, corte el patrón. De uno de los lados del círculo, corte directamente al otro lado del círculo interior.

Con los lados exteriores juntos, cosa los dos pedazos de tela. Trasquile las costuras. Inviértalo hacia afuera y rellene apretadamente. Ahora doble los bordes abiertos hacia abajo y cósalos juntos a mano.

***Latas para Apilar***

Necesita:

1 lata grande de fruta
1 lata de sopa
1 lata pequeña de jugo
Papel "contact"

Procedimiento:

Limpie cada lata completamente. Asegúrese de que las orillas de las latas sean lisas y cubra los bordes con cinta.

Corte papel "contact" una pulgada más largo que cada una de las latas. Cúbralas con papel "contact" y dóblelo por dentro de los bordes. Cada lata debe caber adentro de otra.

***Bloques de Espuma***

Necesita:

2" de espuma de caucho no-incendiable
Patrón en forma de un cubo
Pedazos de tela en colores vivos

Procedimiento:

Corte la espuma en cubos de 2", usando una hoja de afeitar con un solo filo o un cuchillo eléctrico.

Trace el patrón y corte la tela para cada cubito. Ahora cosa 6 cuadros de tela juntos para hacer una forma de bloque. Deje un lado abierto, rellénelo con la espuma, y cosa el último lado.

***Bloques Hechos de Cartones de Leche***

Necesita:

12 cartones vacíos de leche del mismo tamaño
Cinta adhesiva de papel, tipo "masking"
Papel "contact"
Tijeras

Procedimiento:

Lave los cartones de leche completamente y corte las tapas. Meta un cartón adentro de otro y únalos con cinta. Cúbralos con papel "contact".

Una Variación:

Se puede meter bolas, tapas de botellas, o cualquiera cosa que haga ruido adentro de los cartones.

***Caja para Clasificar***

Necesita:

1 lata vacía grande de café con tapa plástica
2 esponjas grandes
Papel "contact"
Cuchillo u hoja de afeitar de un solo filo

Procedimiento:

Corte la figura de una estrella, un rectángulo, un cuadrado, un triángulo, y un círculo de la tapa plástica. Use estas formas como patrones para cortar las formas de las esponjas. Cubra la lata de café con papel "contact" y ponga la tapa plástica encima. Déjele al niño experimentar colocando la forma correcta en el hoyo correcto.

***Caja de Formas***

Necesita:

1 caja grande de cartón (como la de una lavadora, secadora, etc.)
Papel "contact" (opcional)
Cuchillo agudo u hoja de afeitar de solo filo
Cinta adhesiva de papel, tipo "masking"

Procedimiento:

Corte hoyos de varios tamaños en los lados de la caja. Cubra todos los lados con cinta para que sean lisos. El niño puede entrar y salir por los hoyos. Asegúrese de que los hoyos sean suficientemente bajos para que los pequeñitos puedan usarlos.

Una Variación:

Las cajas grandes para aparatos se pueden usar para casitas, aparatos para subir y resbalar, y muebles de cocina.

***Los Juguetes de Jalar***

Necesita:

1 botella vacía de cloro
Cinta adhesiva de papel, tipo "masking"
Cuerda o hilaza
Frijoles, guisantes secos, macarrones, o arroz - crudos

Procedimiento:

Llene con frijoles parcialmente una botella de cloro decorada. Amarre una cuerda al cuello de la botella para que el niño pueda jalarla.

Una Variación:

Haga un hoyo en el centro de la tapa y en el fondo de una lata o caja.

***Los Rompecabezas***

Necesita:

Los cuadros de revistas, periódicos, catálogos, etc.
Cartón o cartulina
Cuchillo agudo u hoja de afeitar de solo filo
Goma o pasta
Papel "contact" transparente

Procedimiento:

Escoja solamente esos cuadros que son apropiados para la edad del niño y que le llamen la atención. Pegue el cuadro a una pedazo de cartón o cartulina. Cubra ambos lados con papel "contact". Ahora corte el cuadro en pedazos grandes de formas distintas.

Una Variación:

Pedazos de alfombra cuadrada pueden hacer buenos rompecabezas. Simplemente corte los pedazos cuadrados en formas que se entrelazan. Al completar el rompecabezas, el niño puede sentarse encima del mismo.

## *El Arte*

***Crayolas de Discos***

Necesita:

Pedazos de crayolas viejas en colores distintos
Molde para hornear panecillos

Procedimiento:

Quite el papel de la crayola, rómpala en pedacitos y métalos en un molde para hornear para panecillos. Póngalos en el horno a 300 grados hasta que se derritan a consistencia de masa. Enfriélos rápidamente. Métalos en bolsas plásticas para guardarlos.

***Plastilina "Play Dough"***

Necesita:

1 taza de harina
1/2 taza de sal
2 cucharadas de aceite vegetal
1 cucharadita de alumbre
1/3 a 1/2 taza de agua

Procedimiento:

Mezcle los cuatro primeros ingredientes. Luego añada mezclando cantidades pequeñas de agua hasta que la mezcla tenga la consistencia de masa de pan. Divida la masa y añada diferentes colorantes para comida. Guárdela en un recipiente cerrado en el refrigerador.

***Plastilina de Mantequilla de Maní***

Necesita:

1 jarro de 18 onzas de mantequilla de maní
1 cucharada de miel
Leche en polvo

Procedimiento:

Mezcle la mantequilla de maní y la miel con leche en polvo hasta que tenga la consistencia correcta para moldear.

***Las Pinturas para Pintar con las Manos***

Necesita:

3 cucharadas de azúcar
1/2 taza de maicena
2 tazas de agua fría
Colorantes para comida

Procedimiento

Mezcle el azúcar y la maicena en una olla. Añada el agua, cubra, y ponga sobre calor bajo. Mézclese bien hasta que espese. Cuando esté así, divídala en varios recipientes y añada el colorante para el color que desea.

***El Cuadro de Boletines***

Necesita:

1 caja vacía de cartón
perforador de huecos
tela
goma o cinta

Procedimiento

Corte un pedazo del cartón de la caja. (Corte el tamaño que usted necesita.) Ponga 2 huecos en el cartón, a 4" de la parte de arriba y a 4" de los lados. Ponga cuerda gruesa por los hoyos y asegúrela con un nudo. Corte una pedazo de tela gruesa más grande que el cartón. Ponga el cartón encima y en el centro de la tela y ponga goma en la parte de la tela que todavía se ve. Corte las esquinas (para eliminar lo que sobra). Doble la tela sobre el cartón, alisando las arrugas. Cuelgue el cuadro a nivel del ojo de los niños.

# Glosario

albaricoque (apricot) - damasco
amamantar (to nurse) - dar el pecho
andador (walker)
apego (bonding) - vinculación, unión
apodo (nickname) - mote, alias
arrullar (coo) - decir ternezas, acurrucar
auto-estima (self-esteem) - auto-aprecio, auto-concepto
babero (bib) - babador, pechero
bacinilla (potty chair) - escupidera
basquear (gag) - amordazar, hacer callar, provocar bascas, arquear
biberón (bottle) - pacha, biberón mamadera, botella
cargo (charge) - precio, costo, tasa, cuota
cebada (barley) - alcacer, cereal, grano
cochito (carriage or stroller) - cochecillo o carretilla de nene, coche
columpio para bebés (infant swing)
corral (playpen)
cuidado (care) - cuido
chupete (pacifier) - tetera, chupón, bobo, tete
dentición (teething) - echando dientes, cortando dientes
destete (weaning) - quitar el pecho
entrenamiento de la bacinilla (potty training) - entrenamiento de la escupidera
erupciones de la piel por los pañales (diaper rash) - irritación, escaldado, o quemado por los pañales
estado de choque (shock) - estado de trauma, anonadado
evacuación intestinal (bowel movement) - ensuciarse
garabatear (scribble) - borrajear, escarabajear, emborronar (escrito mal pergeñado)
guisante (pea) - chícharo, pésol
habichuela (string bean) - ejote, frijol, haba, alubia, judía, fréjol
halarse (to pull) - tirarse
harpillera (burlap) - tela de yute
higiene (hygiene) - saneamiento
hitos (milestones) - marcadores, metas, etapas

hoja de afeitar de un solo filo (single-edge razor) - cuchilla de afeitar, navaja de un filo
imperdible (safety pin) - alfiler, seguro
mamar (to breastfeed) - darle el pecho
manta de seguridad (security blanket) - sábana de seguridad
maraca (rattle) - sonajero, matraca
melocotón (peach) - durazno
mesa de cambio (changing table) - mesa de cambiar pañales
"mobile" - juguetes que circulan sobre la cuna, móvil
pataleta (tantrum or temper tantrum) - berrinche
pezón (nipple) - espesón
píldoras (pills) - pastillas, tabletas
portabebe (baby sling o "Snuggli") - bolsa, cargador
rascador para encías (teether) - chupador para la dentición
reflejo para basquear (gag reflex) - reflejo para vomitar o expulsar
reflejo para mamar (rooting reflex)
remolacha (beet) - betarraga, betabel
resfrío (a cold) - catarro, enfriamiento
resurrección cardiopulmonaria [RCP] (cardiopulmonary resuscitation [CPR]) - resucitación cardiopulmonaria
silla de comer (high chair)
silla para recién nacidos (infant seat) - silla de bebé
sostener (hold) - tener, cargar, aguantar, mantener en los brazos
tasa (fee) - precio, cuota, cargo
terciopelo (velvet) - velludo
tiempo quieto (quiet time) -
títere (puppet) - muñeco, monigote
torta (cake) - pastel, terrón, bizcocho
viaje de educación y recreo (field trip) - excursiones de estudios prácticos, gira, salida
viñeta (label) - rótulo, etiqueta

# Bibliografía


Bredekamp, Sue. *Developmentally Appropriate Practice in Early Childhood Program Serving Children from Birth through Age 8*. Washington, DC: NAEYC, 1987.

Caplan, Frank. *Growth Chart: The First Year of Life*. New York: Simon and Schuster, 1978.

Caplan, Frank. *The Second Twelve Months of Life: A Kaleido-scope of Growth*. New York: Grosset and Dunlap, 1977.

The Children's Foundation. "Implications of the Americans with Disabilities Act of 1990 (ADA) for Family Day Care." Fact sheet. Washington, D.C., 1992.

The Children's Foundation. *Family Day Care Licensing Study*. Washington, D.C.: The Children's Foundation, 1993.

The Children's Foundation. *1993 National Directory of Family Day Care Associations*. Washington, D.C.: The Children's Foundation, 1993.

de la Brosse, B. *Children with Special Needs in Family Day Care Homes: A Handbook for Family Day Care Providers*. Washington, DC: El Centro de Rosemount, 1987.

Evans, Judith. *Good Beginnings: Parenting in the Early Years*. Ypsilanti, Michigan: The High Scope Press, 1982.

Flavell, John H. *The Developmental Psychology of Jean Piaget*. New York: D. Van Nostrand, Co., 1963.

Gellert, S., Hollestelle, K., Kotlus, E. *Helping Children Love Themselves and Others: A Professional Handbook for Family Day Care*. Washington, D.C.: The Children's Foundation, 1990.

Greenspan, Stanley, M.D. *Floor Time: Tuning In to Each Child* (Video). New York: Scholastic, Inc, 1990.

Hart, Louise. *Auto Estima: El Regalo Mejor Para Sus Hijos - y Usted*. Oakland, CA: Life Skills Press, 1992.

Hendrick, Joanne. *Total Learning for the Whole Child*. St. Louis: The C.V. Mosby Company, 1980.

Jackson, Jane Flannery and Jackson, Joseph H. *Infant Culture*. New York: The New American Library, Inc., 1978.

Jiménez, Sherry L.M. "Reaching Hispanic Women." *Childbirth Instructor*, Spring 1992, pp. 42 - 46.

Kaplan, Louise. *Oneness and Separateness: From Infant to Individual*. New York: Simon and Schuster, 1978.

Karnes, Merle B. *You and Your Small Wonder: Activities for Busy Parents and Babies*. New York: Random House, 1982.

Leboyer, Frederick. *Loving Hands: The Traditional Indian Art of Baby Massage*. New York: Alfred A. Knopf, 1978.

Lewis, David. *The Secret Language of Your Child*. New York: St. Martin's Press, 1978.

McKee, Judy S., Ed. *Early Childhood Education 86/87*. Guilford, CT: The Dushkin Publishing Group, Inc., 1986.

Maxim, George. *The Sourcebook, Activities to Enrich Programs for Infants and Young Children*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing Co., 1981.

Meier, John H. and Malone, Paula J. *Facilitating Children's Development: A Systematic Guide for Open Learning*. Baltimore: University Park Press, 1979.

Miller, Karen, ed. *Caring for the Little Ones*. Cowdrey, CO: Karen Miller, 1992.

National Safety Council. *First Aid and CPR: Infants and Children*. Boston: Jones and Bartlett Publishers, 1992.

Schickedanz, Judith A. *More Than the ABCs: The Early Stages of Reading and Writing*. Washington, D.C.: NAEYC, 1986.

Shim, M. A. and Sibley, A. *Accreditation Study Guide*. Atlanta: Quality Assist, Inc., 1992.

Spencer Pulaski, Mary Ann. *Your Baby's Mind and How It Grows Piaget's Theory for Parents*. New York: Harper and Row, 1978.

TAPP Associates, Inc. Atlanta, Georgia. The Child Care Enrichment Program, 1977-78.
Program Management Training Manual
Getting Started in Program Management
The Daily Ledger
Important Telephone Numbers
Child Growth and Development: Young Children Training Manual
From Diapers to Dungarees
Infants
Toddlers

USDA FNS. *Feeding Infants: A Guide for Use in the Child Care Food Program*. Washington, D.C.: USDA FNS, 1988.

**Quisiéramos agradecerles a los siguientes individuos que participaron en las pruebas de este libro:**

**FLORIDA**

Gladys Lopez Carney
Doris Garzon
Alicia Martinez
Abigail Perlaza
Carmen M. Robertson
Nidya Rodriguez
Maria Rodriguez
Raquel Rodriguez
Dulce Santana
Luchi M. Soto

**NEW YORK CITY**

Annette Betancourt
Anna Benitez
Lucrecia Checo
Dorothy De La Cruz
Soledad Hiciano
Nora Medina
Luz Plata
Lidia Poy
Rosabel Sanchez
Nelly Zevallos

**OKLAHOMA**

Maria Correo
Juanita Camarillo
Celia Escalera
Sanjuana Escalera
Zitlali E. Estrada
Yolanda Arroyo de Falcon
Obdulia Saldana Fernandez
Margarita Galvan
Martha Susana Lasater
Josefina Martinez
Blanca L. Paredes
Aurora Alicia Slape
Susana O. Wood

**TEXAS**

Griselda Alvarez
Marisabel Escobar
Dora E. Fernandez
Rosa Maldonado Gomez
Arceli Hernandez
Martha Resendez
Esther Salas
Monica Sanchez
Maria Elodia Ibarra
Elvia Saucedo
Elida Vasquez

**WASHINGTON, DC**

Gladys Argueta
Mayra Buentrostro
Victoria Cabrera
Maria A. Compos
Ana Cecila Castillo
Sonia Cermeno
Amanda de la Rosa
Yolanda Diaz
Filomena Diaz
Maria Diaz
Sobeida Garcia
Rosa Mabel Fuentes
Laura Isabel Garcia
Ana G. Guevara
Monica Perez
Lucia Jimenez
Zoila Pacheco
Silvia Perez
Lucia Rocha
Silvia Regina Rivera
Maria Vargas
Beatriz Vallecillos
Sixta Zegarra
Dora Beatriz Valasques

# La Fundación de Niños
# Junta De Directores


Barbara Bode (Presidenta)
Council of Better Business Bureau
Arlington, VA

Arthur Frankel (Secretario)
Rutgers University
School of Social Work
New Brunswick, NJ

John Surr (Tesorero)
Child Care Advocate
Bethesda, MD

Pablo Eisenberg
Center for Community Change
Washington, DC

Alyce P. Hill
Cities-in-Schools, Inc.
Mars, PA

Alan Madian
Madian Economics, Inc.
Washington, DC

Mary Mahoney
Education Specialist
Syracuse, NY

Debra Neisler
Child Care Consultant
Norwalk, CT

Leslie R. Wolfe
Center for Women Policy Studies
Washington, DC

$19.95

**The Children's Foundation**
725 Fifteenth Street, NW, Suite 505
Washington, DC 20005-2109

ISBN: 1-884093-04-3